Robert Frager, Ph.D.

-Syekh Ragip Frager-

OBROLAN SUFI

UNTUK TRANSFORMASI HATI, JIWA, DAN RUH

OBROLAN SUFI

UNTUK TRANSFORMASI HATI, JIWA, DAN RUH

Robert Frager, Ph.D.
Syekh Tarekat Halveti-Jerrahi

Untuk istriku Ayhan
atas segala dukungannya yang penuh pengabdian
dan seluruh mursyidku yang luar biasa,
yang ajaran-ajaran dan kisah-kisah mereka menjadi ruh buku ini.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih sebanyak-banyaknya untuk Leila Samrad dan Gwendolyn Wagner yang telah mengalihtulis obrolan, ceramah, dan dialog dalam buku ini, juga kepada Kenan Frager, Richard Smoley, dan Phil Catalfo yang telah menyuntingnya. Terima kasih pula saya haturkan kepada seorang mursyid yang ingin agar namanya tak disebutkan. Ia telah membaca naskah buku ini dengan saksama, memperbaiki kesalahan yang jumlahnya cukup banyak, dan memberikan tambahan dari pengalamannya yang luar biasa. Meskipun editor saya telah menyuntingnya dengan baik, jika ada kesalahan dalam buku ini, semua itu berasal dari saya.

Sebagai tambahan, ucapan terima kasih saya persembahkan kepada Komunitas Sufi saya di Redwood City, California. Tanpa mereka, obrolan-obrolan ini tidak akan pernah terjadi.

Untuk informasi lebih jauh tentang Islam dan Sufisme,
silakan kontak:

http://jerrahi.com/california/

Isi Buku

Pengantar

Buku ini merupakan kumpulan obrolan sufi yang dalam bahasa Turki disebut *sohbet*. Kata *sohbet* terkait dengan istilah dalam bahasa Arab, *sha<u>h</u>âbah*, yang mengacu pada para sahabat Nabi Muhammad saw. Ajaran-ajaran Islam pada masa awal disampaikan secara lisan dari Nabi saw. kepada para sahabat, baik yang lelaki maupun yang perempuan, yang rela meninggalkan tempat tinggal dan menyerahkan segala milik mereka untuk kejayaan Islam. Para sahabat yang beriman teguh ini menemani Nabi saw. kapan pun mereka bisa dan berusaha sebaik mungkin untuk hidup sesuai ajaran beliau.

Dalam tasawuf, ungkapan *sohbet* mengacu pada obrolan tentang spiritualitas. Para mursyid sering membuat *sohbet* sebagai bagian dari latihan untuk para darwis (murid sufi) mereka. *Sohbet-sohbet* itu memberikan bimbingan dan inspirasi bagi para darwis yang meresapi ucapan mursyid mereka. Bahkan, bagi murid-murid yang memahaminya, *sohbet* dianggap lebih penting dari zikir—praktik fundamental dalam tasawuf untuk mengingat Allah Swt. Dalam zikir para darwis menyibukkan diri dalam ibadah. Dalam *sohbet*, mereka sibuk dengan mursyid. Hubungan antara mursyid dan darwis menjadi dasar penting semua tradisi tasawuf.

Bertahun-tahun silam, seorang perempuan muda Amerika bertanya kepada guru saya, Muzaffer Efendi, tentang tradisi zikir kami yang terdengar jelas, mendayu, dan nyaris erotik. Ia bilang bahwa irama ritmis yang mendesah mengingatkan dirinya akan suara-suara saat bercinta. Mursyid saya tampak sedikit terkejut. Saya yakin, ia belum pernah mendapat pertanyaan serupa itu sebelumnya. Namun, ia hanya tersenyum dan kemudian menjawab tanpa ragu. Jawabannya merupakan gambaran yang indah tentang kekuatan ruhani *sohbet*.

"Iya, memang terkesan erotik," ujarnya, "tetapi organ-organnya berbeda. Dalam tasawuf ada transmisi dari mulut sang mursyid ke telinga para darwis. Jika seorang darwis dengan tulus menerima ucapan sang mursyid maka seorang anak lahir dalam diri si darwis. Zikir merupakan anak dari hati. *Sohbet* menjadi penyebab lahirnya makhluk ruhani dalam diri sang darwis."

Ia melanjutkan, "Usai bercinta, yang merupakan aktivitas fisikal, kedua pasangan biasanya bergulir ke samping dan jatuh tertidur. Meski puas secara fisikal, mereka kemudian saling melupakan. Sementara, hubungan antara mursyid dan darwis terus bertambah intim sehingga kami makin tak melupakan satu sama lain, baik di kehidupan ini maupun di akhirat kelak."

Hubungan antara mursyid dan darwis menciptakan *sohbet* yang mendalam, sebentuk komunikasi hati yang hidup. Saya sering menyiapkan satu topik untuk *sohbet*, tetapi pada praktiknya saya kerap membahas topik lain yang berbeda. Kendati demikian, para darwis berkomentar bahwa topik *sohbet* yang saya sampaikan tanpa persiapan itu benar-benar sesuai dengan apa yang ingin mereka dengar. Mereka acap kali merasa *sohbet-sohbet* itu ditujukan kepada pribadi mereka masing-masing.

Saya masih ingat jelas pertama kali saya mendengarkan *sohbet* guru saya, Muzaffer Efendi. Di penghujung *sohbet*-nya, saya terperanjat melihat ternyata banyak orang lain di ruangan itu. Saya

lupa, ada banyak orang lain juga yang menghadiri *sohbet* itu. Saat mendengarkan *sohbet*-nya saya merasa, hanya saya seorang bersama mursyid saya di ruangan tersebut.

Saat itu, Muzaffer Efendi menceritakan dua kisah tentang takdir yang menggambarkan secara dramatis suatu prinsip bahwa apa pun yang sudah ditakdirkan untuk kita, ia *akan* mendatangi kita. Malam itu saya merenungi kedua kisahnya itu dan keesokan harinya saya berkata kepada Muzaffer Efendi, "Kisah yang semalam disampaikan merupakan cerita yang sangat menyentuh. Jika saya terus mengingat kedua kisah itu, niscaya keduanya mampu mengubah hidup saya." Ia menatap tajam ke arah mata saya dan berkata, "Kau tidak akan melupakan kisah-kisah itu." Benar saja. Saya tidak pernah melupakan kisah-kisah tersebut dan hidup saya berubah karenanya. Jadi, perkenalan saya dengan tasawuf terjadi berkat kekuatan *sohbet*.

Suatu tarekat sufi digambarkan dengan satu silsilah, yaitu sebuah garis yang menghubungan seorang syekh dengan tuan-tuan gurunya. Tanpa putus, garis itu sampai pada pendiri setiap tarekat, pada sufi wali besar di masa lalu, hingga berujung pada *Hazreti*[1] Muhammad saw. dan Allah Swt. Saya kerap menganalogikan tarekat dengan jalur pipa yang menghubungan seorang syekh dengan mereka yang telah ataupun belum menjadi sufi. Kebijaksanaan dan kasih sayang mengalir melalui jalur pipa itu. Apa yang mengalir di jalur pipa itu bukan berasal dari sang syekh, karena kedudukannya hanyalah seperti kanal yang mengalirkan sesuatu yang lebih besar dari siapa pun. Energi dan kebijaksanaan itu sering mengalir melalui *sohbet-sohbet* yang disampaikan sang mursyid.

---

[1]*Hazreti* adalah istilah dalam bahasa Turki, dari bahasa Arabh *Hadrah*, gelar kehormatan yang mirip dengan gelar "*Your Holiness*" (gelar untuk Sri Paus) dalam tradisi Katolik.

Pada Awalnya

Kelompok Sufi California mulai muncul pada 1981 ketika kami, dua belas murid, dibaiat Muzaffer Efendi, syekh kepala Tarekat Halveti-Jerrahi. Saat itu Muzaffer Efendi sedang mengunjungi Institute of Transpersonal Psychology (ITP, sila lihat www.itp.edu), sebuah jurusan tingkat sarjana yang saya dirikan pada 1975. Jurusan itu dimaksudkan untuk menghubungkan psikologi dengan spiritualitas. Kami sering mengundang guru-guru tamu dari berbagai tradisi spiritual yang berbeda-beda untuk memberikan kuliah di sana.

ITP didasarkan atas premis bahwa kajian psikologi mestinya mencakup pengembangan personal dan intelektual dan bahwa kajian ini harus meliputi seluruh aspek manusia—fisikal, emosional, intelektual, kreativitas, sosial, dan spiritual. Kami mengembangkan kurikulum ITP untuk membantu para mahasiswa agar tumbuh menjadi manusia dewasa yang bisa mengerjakan apa pun yang mereka pilih secara lebih baik dan lebih efektif.

Kolega saya, Jim Fadiman, rekan sesama pendiri ITP, mengundang Muzaffer Efendi untuk mengunjungi jurusan kami. Pada musim semi 1980, ia dan sekelompok darwis Turkinya datang berkunjung ke ITP selama beberapa hari sebagai bagian tur ke Amerika Serikat. Muzaffer Efendi memberikan serangkaian ceramah di ITP dan ia beserta para darwisnya juga menggelar satu sesi zikir publik di Stanford University.

Setahun kemudian Muzaffer Efendi kembali mengunjungi ITP. Sekali lagi kami menikmati ceramahnya yang mendalam dan zikirnya yang sangat menggugah. Tiap hari banyak orang yang datang untuk mendengarkan ceramahnya. Seorang tamu perempuan bertanya apakah seseorang yang tinggal di Amerika dapat menjadi darwisnya? Saya yakin, perempuan itu pernah membaca buku-buku tentang tasawuf dan tradisi-tradisi mistik lain yang mengisahkan bahwa calon murid harus menghabiskan berminggu-minggu atau bertahun-tahun masa percobaan dan latihan di bawah bimbingan langsung gurunya.

Muzaffer Efendi menjawab bahwa ia mau menerima orang Amerika sebagai darwisnya dan hati saya langsung terdorong untuk menjadi darwisnya. Saya yakin, saya telah menemukan seorang guru dengan kebijaksanaan dan integritas yang luar biasa. Seorang guru yang saya yakini dapat membimbing kehidupan ruhani saya. Saya pernah menjumpai banyak guru ruhani dari banyak tradisi yang berbeda dan saya sudah belajar banyak dari mereka. Namun, saya belum pernah begitu tergerak untuk membuat komitmen semacam ini.

Sayalah yang pertama kali meminta diangkat sebagai darwis dan jadilah saya darwis Halveti-Jerrahi pertama di California. Tarekat Halveti-Jerrahi (juga dikenal sebagai Tarekat Jerrahi), merupakan cabang Tarekat Halveti di Turki. Tarekat Halveti sendiri didirikan delapan ratus tahun silam di Khurasan (bagian barat Afghanistan). Pendiri cabang kami adalah *Hazreti* Pir Nureddin al Jerrahi yang lahir pada 1678 di distrik Jerrah Pasha di Istanbul dan mendirikan Tarekat Halveti-Jerrahi di kota itu pada 1703. Ajaran-ajaran para wali sufi didasarkan atas ajaran tuan-tuan guru mereka maupun kebijaksanaan dan inspirasi wali sufi itu sendiri. Karena itu, para tuan guru sufi yang besar menjadi pendiri tarekat mereka masing-masing atau membuka cabang dari tarekat guru-guru mereka.

Tak seorang pun dari kelompok kecil kami yang jumlahnya dua belas orang itu tahu banyak tentang tasawuf. Kami sudah jatuh hati pada Muzaffer Efendi dan ajaran-ajarannya sehingga kami memulai jalan sufi ini dengan antutias sekaligus ketidaktahuan.

Setelah dibaiat, kami mulai bertemu setiap minggu. Kami tidak menetapkan agenda yang jelas, tetapi kami saling tertarik dan menjelajahi jalan yang baru kami temukan ini bersama-sama. Banyak pertemuan-pertemuan awal hanya diisi diskusi tentang apa yang telah membuat kami tergabung di dalamnya. Apakah artinya menjadi seorang darwis, bahkan apa arti menjadi seorang muslim? Apakah kami benar-benar menjadi muslim sebagai bagian baiat kami? Seberapa besar kami harus mematuhi sang mursyid? Seberapa besar yang kami butuhkan untuk mengubah hidup kami? Tak seorang pun dari kami yakin akan jawabannya dan kami semua merasakan berbagai tingkat perlawanan terhadap jalan yang entah bagaimana telah kami pilih (atau malah sebaliknya, jalan itulah yang telah memilih kami).

Kami terus bertemu sejak saat itu—selama tiga puluh tahun lamanya hingga kini. Awalnya kami bersua seminggu sekali dan dalam beberapa bulan kami pun mulai bertemu setiap Jumat untuk melaksanakan shalat Jumat. Kemudian setiap minggu kami tambahkan praktik musik sufi Turki, bagian integral zikir Jerrahi. Pada 1984 kami membeli sebuah rumah di Redwood City, California yang menjadi pusat kegiatan kami sejak saat itu.[2]

Pada 1985, saya dibaiat sebagai syekh tarekat di Istanbul oleh kepala syekh, Safer Efendi (Muzaffer Efendi sudah wafat tahun itu dan penggantinya adalah Safer Efendi). Empat tahun merupakan masa yang terlalu singkat untuk menjadi seorang syekh. Namun, selama itu saya sudah dan masih memimpin kelompok kami dan

---

[2]Untuk informasi lebih lanjut, hubungi kami di jerrahi.com/California/

dalam banyak hal saya sudah menjalankan fungsi layaknya seorang syekh.

Status baru saya sangat banyak membantu. Sebelum menjadi syekh, *sohbet-sohbet* yang saya sampaikan diambil nyaris kata perkata dari tulisan-tulisan Muzaffer Efendi. Setelah menjadi syekh, saya terdorong memberikan *sohbet* saya sendiri yang diambil dari apa yang telah diajarkan guru saya selama bertahun-tahun.

Saya juga merasakan manfaat esoterik. Ketika membaiat saya, Safer Efendi mengajarkan bagaimana caranya menakwilkan mimpi sesuai dengan tradisi tarekat kami. Kemudian ia mendaraskan sebuah doa dan mengembuskannya ke mulut saya. Ketika kembali ke California, saya mendapati diri saya mampu menakwil mimpi para darwis dengan cara yang tidak pernah saya bayangkan sebelumnya dalam pelatihan psikologis yang pernah saya ikuti. Para darwis California meyakini bahwa saya, dengan cara yang misterius, telah berubah menjadi syekh.

Obrolan-obrolan yang kemudian dihimpun dalam buku ini dialihtuliskan dari *sohbet-sohbet* yang saya berikan setiap minggunya di pondok sufi kami. Saya menyunting dan menghimpun obrolan-obrolan terpilih yang sudah disampaikan selama sepuluh tahun terakhir. Sedikit banyak, *sohbet-sohbet* itu merupakan buah dari disiplin tasawuf yang telah kami praktikkan di Amerika Serikat.

Urutan tema dan judul dalam buku ini tidak begitu linear. Aliran gagasan yang ditemukan lebih seperti spiral yang mengitari suatu topik dan mengkajinya dari berbagai sudut pandang yang berbeda. Bukan saya yang mengusahakan agar buku ini bergaya nonlinear.

Beberapa kisah dan kutipan diulangi pada sejumlah *sohbet*. Ini terjadi bukan karena kekeliruan atau kekhilafan. Bertahun-tahun yang lampau Muzaffer Efendi pernah menasihati saya, "Ceritakanlah kisah-kisah itu berulang-ulang. Kau dapat menceritakannya

sebanyak 10 ribu kali dan orang-orang masih akan memetik manfaatnya."

Saya sudah belajar banyak dalam mempersiapkan dan menyampaikan *sohbet-sohbet* ini. Para darwis juga sudah belajar menyimaknya, dan, jika Tuhan berkehendak, Anda pun akan belajar dari buku ini tentang prinsip dan praktik tasawuf sebagaimana yang dipahami dalam tarekat kami.

Beberapa obrolan pertama (bab 1–3) fokus pada bagaimana mengatasi rintangan-rintangan di jalan ruhani, khususnya menghadapi ego yang disebut nafsu (*nafs*). Bab 4-7 membahas proses pencarian Tuhan dalam hati dan jiwa kita dan di dunia sekitar kita. Bab 8 mengisahkan kisah-kisah dan legenda-legenda tentang Ibrahim ibn Adham, salah seorang wali sufi besar, yang meninggalkan tahtanya sebagai raja untuk menjadi darwis. Pada bab 9 sampai 13 saya membahas beberapa dasar praktik tasawuf, khususnya tentang adab, pengabdian, dan kemurahan hati. Bab 14–17 merupakan *sohbet* yang disampaikan pada berbagai momen dan acara-acara khusus, termasuk bulan Ramadan dan Malam al-Qadar di bulan Ramadan, pada Malam Tahun Baru (ketika biasanya kami bertemu dan berzikir bersama), dan pada sebuah upacara pernikahan yang dilaksanakan di pondok sufi kami. Bab 18–21 menggambarkan nilai-nilai agung tasawuf tentang kefakiran, kebaikan hati, tanggung jawab kita atas kehidupan ruhani dan keterlepasan dari dunia.

Catatan Penulis

Di sepanjang buku ini saya menggunakan banyak istilah yang berasal dari bahasa Arab atau bahasa lain. Beberapa istilah tersebut, seperti syekh dan darwis, sudah masuk dalam kosakata Inggris. Ada beberapa istilah yang mungkin tidak dipahami maknanya oleh pembaca. Ketika sebuah istilah yang tidak akrab muncul pertama kali, saya menjelaskan artinya dan menyertakannya dalam glosarium untuk membantu pembaca mengingat makna istilah itu jika muncul kembali pada bagian berikutnya.

Kaum muslim (termasuk para sufi) secara tradisional menggunakan ungkapan kehormatan ketika menyebut Nabi Muhammad, yakni *shallallâhu 'alayhi wasallam* yang dalam bahasa Arab berarti "semoga Allah melimpahkan berkah dan kedamaian kepadanya". Untuk Nabi-Nabi Allah lainnya, ditambahkan gelar penghormatan *'alayhi al-salam* (a.s.) yang berarti "semoga Allah memberikan kedamaian kepadanya". Untuk para sahabat Nabi saw. atau orang-orang yang dianggap suci, baik pria maupun wanita, kami menambahkan ungkapan *radhiyyallâhu 'anh* (r.a.) yang bermakna "semoga Allah meridainya". Terakhir, ketika menyebut beberapa orang yang dianggap wali, kami menggunakan ungkapan *qaddasahullâhu sirrahu* (q.s.) yang berarti "semoga jiwanya disucikan".

Pada beberapa bab saya sertakan kutipan dari sesi tanya-jawab yang sering terjadi ketika saya menyampaikan *sohbet*. Jika teks-teks

sohbet sudah disunting agar dapat lebih mudah dibaca dan dipahami, sesi tanya-jawab dicakupkan kurang lebih sebagai "contoh" karena dialog-dialog itu berfungsi menguatkan obrolan-obrolan tersebut dan timbal balik antara darwis dan syekh juga bersifat ilustratif yang menggambarkan hubungan istimewa keduanya.

1

Rintangan-Rintangan di Jalan Menuju Tuhan

Mencari Tuhan

Mengapa jalan tasawuf begitu sulit dan banyak menghabiskan waktu? Pepatah tua Turki mengatakan "Meniti jalan tasawuf itu bagaikan mengunyah kacang panjang terbuat dari besi".[3] Setelah rahang kita sakit, geligi kita rontok, kacang panjang besi itu tetap utuh. Meniti jalan tasawuf membutuhkan kesabaran yang sangat besar. Jalan itu juga sarat dengan kegembiraan meluap-luap dan kepuasan batin bagi siapa pun yang mencintai Tuhan.

Perhatikan hadis qudsi berikut, ketika Allah Swt. berfirman, "Aku adalah harta tersembunyi dan Aku ingin diketahui. Maka, Aku ciptakan makhluk."[4] Jika tidak ada rintangan antara kita dan

---

[3]Orang Turki sangat menyukai kacang panjang yang dipanggang sebagai kudapan.

[4]Hadis adalah ucapan, perbuatan, dan persetujuan Nabi Muhammmad saw. yang kemudian dicatat dan dihimpun dalam berbagai kitab kumpulan hadis. Hadis qudsi adalah hadis yang berisi firman Allah yang redaksinya diungkapkan Nabi Muhammad saw. Ada banyak kitab kumpulan hadis dan tidak ada bentuk standar untuk pengutipannya.

Tuhan, tidak akan ada proses mengetahui. Penciptaan itu bagaikan perburuan harta karun besar-besaran dan Tuhan adalah harta karun tersembunyi. Kita diundang untuk memainkan permainan ilahiah ini dan kita harus menyikapi undangan itu dengan serius.

Tuhan ingin kita datang untuk mengetahui Kebenaran Ilahiah. *Proses* mencari dan menemukan Tuhan merupakan hakikat jalan ruhani. Salah satu sifat fundamental dalam Penciptaan adalah bahwa Tuhan itu tersembunyi dan harus diketemukan. Sebenarnya, Tuhan lebih dari tersembunyi; Tuhan berada jauh di luar pemahaman kita.

Sebagai manusia, kita punya kehendak bebas dan dapat menggunakannya untuk berubah ke arah yang lebih baik—atau lebih buruk. Kita dapat memilih untuk datang mendekati Tuhan atau malah semakin menjauhi-Nya. Kita bisa memilih untuk memasrahkan kehendak individual kepada kehendak Tuhan atau memberontak terhadap-Nya. Posisi kita dapat naik lebih tinggi daripada para malaikat atau malah terpuruk lebih rendah daripada binatang.

Agar berhasil menapaki jalan menuju Tuhan kita harus bekerja keras. Kita harus melakukan sesuatu yang disebut George Gurdjieff, seorang guru yang amat terpengaruh tasawuf, sebagai "upaya super". Ada perbedaan besar antara ikut lomba lari maraton dan mengemudikan mobil hingga garis finis. Tidak ada banyak tantangan jika kita mengemudi sedangkan lawan kita berlari. Mengemudi pun tidak memberi kita manfaat jika kita mengabaikan kehendak dan energi fisik. Sama halnya, tantangan dan rintangan mengikuti jalan kebenaran merupakan bagian penting dari jalan itu sendiri—sebagaimana telah banyak dikemukakan, "Perjalanan itu sendiri merupakan sebuah tujuan."

Jika kita bertanya pada orang lain, kapan mereka merasa paling bahagia, sebagian besar akan bilang bahwa mereka merasa paling bahagia ketika bekerja meraih tujuan-tujuan penting. Kebahagiaan bukan ketika mencapai garis akhir, melainkan ketika kita bekerja

keras untuk meraihnya. Kegembiraan terletak ketika kita melakukan sesuatu, bukan saat mendapatkan buahnya.

Benar juga jika dikatakan bahwa tidak ada tempat untuk dituju. Allah Swt. berfirman dalam Al-Quran: *"Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya"*.[5] Dengan kata lain, Tuhan lebih dekat dengan kita daripada diri kita sendiri. Mungkin dapat dirasakan jika kita berusaha mendekati Tuhan, tetapi Tuhan sudah hadir sepenuhnya dalam diri kita.

Tuhan lebih dekat dengan kita daripada diri kita sendiri. Mungkin dapat dirasakan jika kita berusaha mendekati Tuhan, tetapi Tuhan sudah hadir sepenuhnya dalam diri kita.

Nabi Musa a.s. dan Anak-Anak Israel

Menurut tuan guru saya, Nabi Musa a.s. pernah meminta kepada Allah Swt. untuk mengubah anak-anak Israel. Beliau sudah lelah terus-terusan berusaha membebaskan mereka dari perilaku dan nilai yang telah membentuk mereka sebagai budak. Berbagai riwayat menggambarkan, Nabi Musa adalah lelaki yang penuh semangat dan berapi-api sehingga ketika marah atau merasa bersemangat, bulu-bulu di lengannya berdiri dan menembus pakaiannya. Beliau bahkan beradu pendapat dengan Tuhan.

Nabi Musa a.s. pernah mengeluh, "Ya Tuhan, Kau dapat melakukan segalanya. Mengapa tidak Kaubersihkan kaumku dari ego dan keangkuhan mereka? Baru beberapa hari kutinggalkan mereka, dan saat aku kembali, mereka menyembah berhala sapi

[5] QS Qâf (50):16.

yang terbuat dari emas. Mereka tidak memiliki iman dan mereka tidak mensyukuri semua yang telah Engkau berikan kepada mereka."

Nabi Musa memohon, "Ya Tuhan, Kau dapat melakukan segalanya. Tolonglah ubah mereka."

Tuhan pun menjawab, "Kaulihat, betapa egoisnya manusia dengan semua keburukan mereka. Dapatkah kaubayangkan betapa sombongnya mereka nanti jika Aku membersihkan keburukan-keburukan mereka?"[6]

Keadaan kita tak ubahnya anak-anak Israel. Berulang-ulang Tuhan memberikan cobaan dan nikmat, tetapi begitu saja kita melupakannya. Ketika bani Israel berada di gurun, Tuhan menurunkan *manna*, makanan dari langit, setiap hari. Namun, makanan itu langsung habis dalam tempo semalam dan tak sedikit pun yang disimpan. Mereka kemudian diliputi rasa takut, bagaimana besok mereka makan. Sebagian mengeluhkan makanan yang menunya itu-itu saja. Akibatnya, Tuhan tak lagi menurunkan *manna* dan anak-anak Israel pun harus mencari makanan mereka sendiri sejak saat itu.

Bukankah kita khawatir dan mengeluh dengan cara yang sama? Meskipun Tuhan senantiasa memberi makan dan menyokong hidup kita setiap hari, kita takut Tuhan berhenti melakukannya esok hari. Kita terus-terusan tidak puas dengan apa yang kita miliki. Ini adalah pertanda kelemahan iman kita.

Kita tidaklah sempurna dan tidak akan menjadi sempurna. Namun, kita dapat meningkatkan kualitas diri. Kita dapat

---

[6]Kisah sufi ini didasarkan atas kisah tentang berhala sapi terbuat dari emas yang ada dalam Surah Thâhâ (20): 83-89. Al-Quran penuh dengan kisah-kisah tentang Nabi Musa a.s. dan Nabi Isa a.s. yang erat terkait dengan kisah-kisah Alkitab. Yahudi, Kristen, dan Islam merupakan agama-agama "Ibrahim". Yakni, ketiganya berasal dari akar yang sama dengan monoteisme Nabi Ibrahim a.s. Dalam Islam, Yahudi dan Kristen disebut sebagai "Ahlul Kitab", yaitu orang-orang yang mengikuti ajaran-ajaran yang berasal dari kitab-kitab suci yang diturunkan kepada nab-nabi Allah Swt.

memperbaiki keburukan-keburukan dan belajar dari kesalahan-kesalahan. Dalam proses pencarian Tuhan, kita akan menyadari batasan-batasan yang kita miliki, kemudian belajar betapa kita sangat membutuhkan berkah Tuhan agar meraih kesuksesan dalam segala bidang.

Tujuan pertama tasawuf adalah membebaskan diri kita sendiri dari tirani ego kita yang narsistik.

Anak-anak Israel merupakan budak Firaun. Sama halnya, kita adalah budak "firaun" dalam diri kita sendiri—ego menindas yang ada dalam diri kita, yang berusaha memperbudak dan menguasai hidup kita. Tujuan pertama tasawuf adalah membebaskan diri kita sendiri dari tirani ego kita yang narsistik. Untungnya kita punya sekutu yang hebat dalam pertempuran ini. Tuhan telah menempatkan sifat-sifat Nabi Musa a.s. dalam diri kita, yakni sifat yang membebaskan batin. Kita terus diseru untuk menapaki jalan menuju Kebenaran.

Pembebasan bani Israel dapat dipahami sebagai metafora yang tepat bagi pembebasan manusia dari tirani nafsunya. Ini merupakan proses jangka panjang. Dimulai dengan bencana demi bencana, penderitaan demi penderitaan. Dalam beberapa hal, anak-anak Israel harus "dilahirkan" untuk keluar dari Mesir, keluar dari perbudakan. Semua ibu merasakan derita hebat saat melahirkan, sebagaimana kita juga merasakan sakit dan derita dalam perjuangan untuk lepas dari cengkeraman nafsu dalam diri kita.

Butuh keberanian bagi bani Israel untuk hijrah dari Mesir dan berjalan menuju Laut Merah di bawah kejaran pasukan Firaun. Setelah terjadi mukjizat terbelahnya Laut Merah, mereka harus menghadapi cobaan-cobaan baru di gurun pasir setiap hari. Pembuatan berhala anak sapi dari emas merupakan salah satu wujud hasrat mereka untuk kembali pada kultur penyembahan

berhala yang telah memperbudak bangsa Israel selama berabad-abad. Mereka masih kecanduan budaya penindas mereka.

Jika kita punya niatan yang ikhlas dan bertindak berdasarkan niatan itu, Tuhan akan membantu dan menolong. Inilah yang terjadi pada anak-anak Israel. Mereka tidak punya harapan untuk mengatasi kekuatan pasukan Firaun. Mereka sudah diperbudak selama beberapa generasi dan tak tahu caranya melawan. Pasukan Firaun terdiri atas pasukan pemanah, pasukan kavaleri, dan pasukan infanteri yang tangguh. Para prajurit yang amat terlatih ini melawan sekelompok budak yang mungkin tak pernah memegang senjata sebelumnya.

Ketika melarikan diri, anak-anak Israel terpojok di laut Merah, jalan buntu yang tampaknya mustahil dilalui. Tuhan tidak langsung membelah samudra di depan mereka. Para ahli tafsir mengatakan bahwa air laut itu tidak terbelah sebelum bangsa Israel masuk ke dalam air. Ketika air mulai menyentuh dagu orang yang paling depan, barulah air laut mulai terbelah. Sungguh kisah itu menjadi tentang keimanan yang luar biasa. Anak-anak Israel bertindak tanpa kepastian apakah mereka akan berhasil. Mereka hanya mengikuti nabi mereka.

Cerita tersebut merupakan ajaran untuk hari ini, bukan sekadar kisah sejarah. Sesungguhnya Tuhan telah membelah Laut Merah dalam hidup kita dan kita dapat temukan banyak contoh pertolongan ilahiah jika kita memikirkan hidup kita sendiri. Kita semua sudah mengalami mukjizat dalam hidup, mukjizat di saat Tuhan menghancurkan rintangan sewaktu kita merasa tak mungkin bisa menggapai sukses dengan upaya sendiri. Namun, kita melupakan semua pertolongan ilahiah itu begitu saja. Kita laksana Firaun yang berubah pikiran untuk membebaskan bangsa Israel setelah tiba di ujung derita. Inilah cara kerja nafsu. Ia terus mengikuti dan memanjakan sifat firaun dalam diri kita. Kita lupa. Kita tidak bersyukur. Kita mengeluh. "Ya Tuhan apa yang telah

Kaulakukan belakangan ini padaku?" Kita menyembah sesuatu selain Tuhan, menyembah berhala anak sapi dari emas yang kita buat sendiri.

Sewaktu mendengar kisah-kisah semacam ini, kita dapat melampaui makna historisnya dan mencerap pelajaran yang dapat kita petik darinya. Bukankah kita pernah mengalami kisah-kisah yang mirip dalam kehidupan kita sendiri?

Ingatlah, anak-anak Israel menghabiskan masa empat puluh tahun, atau dua generasi, bertualang di gurun pasir. Sebagian besar yang keluar dari gurun pasir adalah cucu para budak yang melarikan diri dari Mesir. Anak cucu yang bebas dari jejak perbudakan.

Bagaimana kita dapat membebaskan diri kita? Bangsa Israel butuh dua generasi untuk memasuki Tanah yang Dijanjikan, tetapi kita tidak punya waktu sebanyak itu. Bagaimana kita dapat membebaskan diri dari perbudakan nafsu? Bagaimana kita bisa mengubah hidup kita dan melepaskan diri dari perbudakan itu?

Selama empat puluh tahun di gurun itu, Nabi Musa a.s. terus mendidik dan membimbing anak-anak Israel. Itulah yang dibutuhkan untuk mengubah seseorang.

Tujuan mereka adalah menemukan Kanaan, sebuah daerah yang kaya akan susu dan madu, sama seperti tujuan kita untuk mencapai kepuasan dan ketenangan batiniah, yang merupakan fondasi paling dasar dalam kehidupan spiritual. Kita harus memutuskan apakah akan mengikuti sifat Nabi Musa a.s. ataukah sifat firaun yang ada dalam diri kita. Tidaklah mudah untuk mengikuti pembebas batiniah kita. Nafsu dalam diri kita berperan layaknya Tuhan—seolah-olah firaun–dan terus bekerja mendistorsi kebenaran dan mengubah pesan atau ajaran spiritual menjadi sesuatu yang tiada berguna sama sekali.

Ini mengingatkan saya akan kisah lain tentang Nabi Musa a.s. saat berada di gurun. Kisah ini dikutip dari karya sufistik klasik Rumi, yakni *Matsnawi*. Suatu hari, ketika Nabi Musa a.s. turun dari

Gunung Sinai, seseorang bertanya, "Apakah kau bisa mengundang Tuhan untuk datang dan makan malam bersama kita?"

Nabi Musa a.s. menjawab marah, "Kita tidak bisa mengundang Tuhan untuk datang makan malam. Tuhan tidak makan malam. Tuhan tidak terbatas. Tuhan melampaui batasan kebutuhan akan makanan. Selain itu, Tuhan tidak memiliki mulut. Tuhan jauh melampaui bentuk ragawi manusia! Tuhan tidak seperti kau dan aku. Tuhan ada di mana-mana dan Tuhan adalah segalanya."

"Apa kauyakin kita tidak bisa mengundang Tuhan untuk makan malam bersama kita?"

"Ya!"

Ketika Nabi Musa a.s. kembali ke Gunung Sinai, Tuhan bertanya tentang undangan tersebut. Nabi Musa a.s. berkata, "Aku bilang bahwa Kau tidak dapat makan."

Tuhan berkata, "Tidak, Musa. Kembalilah dan katakan kepada mereka untuk menyiapkan pesta besok sore dan Aku akan datang."

Bisakah kita bayangkan bagaimana perasaan Nabi Musa a.s.? Dia harus kembali dan mengatakan kepada kaumnya bahwa ia salah, bahwa Tuhan akan datang untuk makan malam bersama mereka. Ia harus lakukan itu setelah sebelumnya mengatakan dengan tegas bahwa Tuhan tidak punya mulut, Tuhan tidak makan atau minum, dan Tuhan mestinya tidak dianggap sama seperti manusia. Tentu saja, itu akan terasa sangat berat baginya. Namun, perintah Tuhan harus dijalankan. Pesan-Nya harus disampaikan.

Semua orang sangat senang mendengar kabar itu. Mereka menyiapkan sebuah pesta besar keesokan harinya. Para juru masak membuat hidangan terbaik. Semua orang sibuk ikut mempersiapkan pesta tersebut.

Di tengah-tengah kesibukan persiapan pesta, seorang lelaki tua datang. Dia bertanya apakah ia bisa mendapatkan makanan atau minuman? Nabi Musa a.s. menjawab, "Tuhan akan datang untuk makan malam. Tunggu sampai Tuhan datang. Tidak seorang pun

boleh makan sebelum Tuhan datang!" Para juru masak menyuruh orang tua itu bekerja mengambil air.

Dengan melayani makhluk Tuhan, kita melayani Tuhan dan pelayanan itu merupakan ibadah.

Waktunya makan malam tiba dan berlalu, tetapi Tuhan tidak muncul juga. Malam semakin larut. Makanan mulai menjadi dingin. Tentu saja orang-orang mengeluh kepada Nabi Musa a.s. "Pertama kau mengatakan bahwa Tuhan tidak makan, lalu kaubilang Tuhan akan datang untuk makan malam bersama kita dan sampai sekarang Tuhan belum juga muncul. Nabi macam apa kau?" Nabi Musa a.s. yang malang tidak tahu harus berkata apa.

Keesokan harinya, Nabi Musa a.s. kembali naik ke Gunung Sinai dan mengeluh, "Wahai Tuhan, aku sudah bilang kepada kaumku bahwa Engkau tidak makan. Kemudian Engkau mengatakan akan datang makan malam, tetapi Engkau tidak muncul."

"Aku sudah datang. Aku kehausan dan kelaparan, tetapi tidak seorang pun memberiku sesuatu untuk dimakan atau diminum. Lelaki tua yang datang dari gurun pasir adalah salah satu hamba-Ku dan ketika kalian memberi makan hamba-Ku, kalian memberi-Ku makan; sewaktu kalian melayani hamba-Ku, kalian melayani-Ku."

Ini merupakan pelajaran yang indah. Dengan melayani makhluk Tuhan, kita melayani Tuhan dan pelayanan itu merupakan ibadah.

Kisah ini juga mengingatkan kita bahwa imaji apa pun yang kita punya mengenai Tuhan sesungguhnya merupakan gambaran yang tidak sempurna. Gagasan apa pun yang kita miliki tentang Tuhan adalah konsep yang dibatasi, tidak cukup, dan terdistorsi berbagai batasan yang kita miliki. Konsep apa pun yang kita pegang menyangkut Tuhan, lebih banyak salahnya ketimbang benarnya.

Ketika anak-anak Israel sibuk menyiapkan peristiwa istimewa, mereka gagal melihat apa yang tepat berada di hadapan mereka. Mereka adalah cermin bagi diri kita. Kita bukanlah Nabi Musa a.s.! Kita adalah anak-anak Israel yang bingung dan kita berjuang dengan iman dan pemahaman yang terbatas.

2

Transformasi Ego Diri

Ada dua ancangan untuk mengatasi dan mengendalikan nafsu atau ego. *Pertama*, berupaya mentransformasikan atau mengubahnya dan yang kedua berusaha "mengalahkannya". Saya percaya, kita harus mulai mengubah ego kita. Sebagian penempuh jalan spiritual dapat melemahkan nafsu mereka hingga nyaris tiada, tetapi itu baru hanya mungkin terjadi setelah bertahun-tahun melatih kekuatan batin. Banyak orang mencoba mengalahkan nafsu mereka terlalu cepat. Effendi pernah menjelaskan bahwa nafsu hanya akan runtuh di tahap akhir perkembangan spiritual. Ia mengatakan, "Sungguh-sungguh sulit untuk mengeluarkan 'Aku' dari diri seseorang." 'Aku' adalah nafsu dalam diri yang terus berusaha mengendalikan setiap langkah kita.

Hanya saja, sangat sedikit tradisi spiritual yang memasukkan anak-anak yang masih belia ke dalam biara. Mengapa mereka tidak melakukannya? Padahal, jika dilakukan, anak-anak itu akan dikelilingi para guru dan menjalani pelatihan ruhani, bukan dikelilingi orang-orang dan kehidupan duniawi yang sekuler.

Salah satu alasannya adalah karena ingin memberi anak-anak itu kesempatan mengembangkan ego dan kepribadian mereka sendiri agar cukup matang sehingga ketika datang ke biara mereka sudah

memiliki kepribadian—meskipun kepribadian itu dikembangkan di dunia luar. Kita harus membiarkan anak-anak mengalami dunia mereka sendiri dan tumbuh dewasa. Dengan begitu, mereka dapat membuat keputusan yang matang untuk menempuh perjalanan spiritual. Dengan kata lain, orang-orang hanya akan memasuki kehidupan spiritual setelah mengembangkan ego dan kepribadian mereka sendiri.

Bertahun-tahun silam, master Zen saya, Kennett Roshi, mengatakan, "Dalam ikonografi Buddhis, ada patung Maitreya, yaitu patung yang menggambarkan Sang Buddha menduduki seekor binatang buas. Sang Buddha tampak lebih besar daripada binatang buas itu—lebih besar dan lebih kuat. Dia tidak membunuh hewan itu, tetapi *duduk di atasnya* dan mengendalikannya." Binatang buas itu merepresentasikan ego. Nafsu dalam diri kita.

Ikon itu dengan indah mengilustrasikan cara paling efektif untuk mengatasi nafsu. Tujuannya bukanlah membunuh nafsu atau mengenyahkan kepribadian. Tujuannya adalah mengendalikannya, bukannya membiarkan nafsu mengendalikan diri kita.

Lalu, bagaimanakah cara mengendalikan nafsu? Caranya bukanlah dengan memukuli atau membiarkannya kelaparan. Ego dalam diri kita mungkin berkata, "Aku diperlakukan dengan buruk." Akan tetapi, siapa yang akan percaya pada ego? Tujuannya adalah mengembangkan diri kita sendiri sebagai makhluk spiritual sehingga ego kita hanyalah bagian kecil dari diri kita, dan kemudian—idealnya—ditransformasikan menjadi bagian yang matang dari jiwa kita.

Istilah *kekuatan ego* telah menjadi istilah populer dalam kajian psikologi mutakhir. Istilah itu mengacu pada kepercayaan diri dan dilihat sebagai salah satu indikator dalam psikoterapi. Beberapa psikolog cenderung memusatkan perhatian pada upaya membangun kekuatan ego pasien yang kurang percaya diri. Mereka beranggapan, "Kita harus *semata-mata* berupaya mengembangkan

ego pasien kita yang kurang memiliki kepercayaan diri." Saya berpendapat, cara paling baik untuk mengembangkan ego adalah dengan "mendudukinya". Mengendalikannya. Kita tidak bisa begitu saja mengatakan, "Biarkan aku beri makan binatang buas ini dan membiarkannya bebas, lalu setelah ia tumbuh besar dan kuat, aku masih punya banyak waktu untuk menjinakkannya." Itu bukanlah gagasan yang cerdas! Apa yang harus kita lakukan adalah *melatih* hewan buas itu dengan kasih sayang, cinta, dan pemahaman. Beberapa guru sufi membandingkan konsep melatih ego dengan melatih anjing atau kuda. Kita harus melatihnya dengan penuh kepedulian dan kasih sayang. Mengembangkan ego tanpa menjalankan disiplin spiritual sama saja dengan memelihara dan membiarkannya bebas. Langkah itu benar-benar kesalahan yang bodoh.

Dari sudut pandang tasawuf, pelayanan merupakan komponen penting dalam perjuangan untuk mengembangkan diri kita sendiri. Semestinya kita melayani kemanusian dan melayani dunia, melayani semua makhluk Tuhan. Salah satu perangkat besar yang kita gunakan dalam melayani adalah struktur kepribadian kita, *termasuk ego*. Dengan terus memberikan pelayanan, secara bertahap kita akan mencapai tahap akhir perkembangan spiritualias, yakni ketia diri kita yang terpisah mencapai tingkatan atau maqam penyatuan. Jadi, meskipun kita dibimbing dan diperintahkan untuk mengendalikan nafsu, kita tetap harus menggunakan nafsu dengan baik untuk bisa mencapai tingkatan spiritual ini.

Dalam tradisi tasawuf, para wali besar mengalami penyatuan kemudian kembali ke dunia dualitas atau dunia keterpisahan untuk melayani. Dan agar bisa terus melayani, mereka harus memiliki struktur kepribadian yang utuh. Perbedaan antara mereka dan kita adalah mereka dapat mengendalikan dan ego mereka dengan kuat. Ego menjadi alat yang mereka pergunakan untuk mengembangkan

diri mereka. Ego tidak menjadi dan junjungan yang mengendalikan mereka.

Sebagian penempuh jalan spiritual *benar-benar* kehilangan kepribadian atau ego mereka dan kesadaran akan diri sendiri. Akibatnya, keadaan mereka menjadi tidak seimbang atau kerap dikatakan "mabuk Tuhan". Saat itu terjadi, mereka tak mampu mengurus diri sendiri. Alih-alih melayani orang lain, mereka harus diurus dan dilayani. Mereka mandek, membeku di titik perjalanan ini dan mustahil berkembang lebih jauh. Ini merupakan paradoks bahwa ego, yang merupakan hambatan dalam perjalanan spiritual, juga merupakan elemen paling penting dalam perjalanan spiritual.

Para wali besar memiliki kepribadian unik dan menarik, yang terbentuk di atas kesadaran akan keterpisahan diri. Kesadaran itu sangat penting dalam upaya pengembangan kepribadian manusia. Kita tidak dapat berkembang tanpanya. Tanpa kesadaran itu, kita mungkin menjadi manusia liar, bodoh, dan tak beradab.

Sama seperti kebanyakan manusia, para wali besar itu pun mengalami perkembangan kepribadian yang wajar, dari kepribadian masa kecil hingga kepribadian manusia dewasa yang matang. Mereka belajar terhubung dengan orang lain melalui cinta dan kasih sayang. Setelah mentransformasikan ego, mereka masih mempertahankan struktur kepribadian yang lama sehingga mereka tetap bisa memahami berbagai masalah banyak orang yang mendatangi mereka dan meminta bantuan atau nasihat.

Namun, tidak seperti kebanyakan manusia, dalam diri para wali itu kepribadian mereka mutlak menjadi struktur yang diwarnai sifat Ilahi. Kepribadian itu tidak lagi memiliki kapasitas untuk menghancurkan mereka atau merusak pengalaman mereka seperti biasanya. Namun, struktur kepribadian itu benar-benar tumbuh dari rasa "Aku" yang didasarkan atas ego mereka. Dalam proses perkembangan diri, masing-masing kita mengembangkan ego dan struktur kepribadian. Idealnya, dalam arah perkembangan spiritual,

kita mentransendenkan ego dan kepribadian, lalu menggabungkan keduanya menjadi satu kekuatan yang lebih besar.

Jika ego terus dipelihara, ia akan mengalahkan diri kita sendiri. Namun, di sisi lain, menghindari atau menolak pengembangan ego pun bukanlah solusi yang paling baik. Langkah yang mesti ditempuh adalah mengembangkan ego dalam kerangka spiritual. Langkah ini sulit ditempuh karena kita berbicara tentang dua jenis pengembangan yang berbeda, yaitu pendewasaan ego secara alamiah dan pengembangan spiritual ketika kita harus mengurangi peran ego dan meningkatkan rasa penyatuan. Pada pengembangan spiritual, ego dan kesadaran diri menyatu sehingga mencapai tingkatan yang lebih besar dan lebih kuat.

Dalam tradisi spiritual, pengembangan kepribadian berlangsung dalam konteks yang lebih besar. Pendewasaan dan pengembangan terjadi sebagai bagian dari proses yang lebih besar. C. G. Jung menulis, "Masalahnya dengan ego adalah ia ingin menjadi pusat kesadaran. Ia berpura-pura menjadi pusat seluruh jiwa dan berusaha membuat kita mengabaikan Diri." Padahal, diri adalah pusat kesadaran.

Kita harus mengatakan kepada ego, "Tumbuhlah, tetapi kau hanyalah *bagian* dari jiwa. Jangan tumbuh menggelembung. Kau memang berguna, tetapi kau tidak memegang kendali sistem ini. Ada Diri yang lebih besar dan aku mungkin tidak menyadarinya sekarang, tetapi dialah yang aku cari agar aku bisa berhubungan dengannya." Itulah salah satu cara memahami bagaimana kedua aspek ini dapat saling cocok. Ini masalah konteks.

Apakah Ego Itu?

Ketika tulisan-tulisan Freud diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris, istilah yang diterjemahkan sebagai "ego" adalah *das ich*, istilah yang

dipertahankan sesuai aslinya dalam bahasa Jerman, yang bermakna "Aku". Jadi, teori-teori kepribadian modern kita dibangun di atas pemahaman bahwa ego adalah *aku*; ego menjelaskan siapa kita.

Tasawuf bersepakat dengan pengertian ini. Tasawuf menjelaskan bahwa "diri" yang dalam istilah tasawuf sering disebut "jiwa pribadi" adalah suatu perkembangan dari kapasitas kita untuk mengkonkretkan diri kita, untuk melihat diri kita sebagai objek, seakan-akan kita mengobservasi diri kita sendiri dari luar. Kapasitas kita untuk melakukan ini membuat kita memiliki kekuatan untul bertindak, membuat rencana; kapasitas itu memberi kita kendali besar pada dunia di sekeliling kita. Tapi, yang menjadi masalah adalah ketika kita mulai berkata, "Inilah aku, sebuah objek," saat yang sama kita telah memisahkan diri kita dari dunia. Jika kita mengatakan, "aku" atau "saya", kita menciptakan dualisme. Di mana pun ada *aku*, pasti ada pula *orang lain*. Namun, dari sudut pandang sufi, kita mencari *persatuan*—dan pengertian dualisme yang kuat itu adalah salah satu hambatan besar untuk mencapai persatuan. Siapa yang ingin menyerahkan *aku*? Kita tidak ingin menyerahkan "diri kita sendiri", karena kita sangat terikat pada pengertian identitas.

Jadi, ego kita secara fundamental mengakar dalam individualitas kita, pengertian kita akan keterpisahan. Kita memihak keterpisahan ini, bukannya memihak Diri dan pengertian akan persatuan. Kita memihak kepada pribadi, bukan memihak sifat Ilahi dalam diri kita. Dan, sejauh kita terikat pada konsep diri kita sendiri, citra diri, atau keterpisahan, kita selalu terhalang dari keinginan untuk benar-benar menempuh jalan spiritual. Ia menahan diri kita dari pengalaman-pengalaman mistis yang paling dalam. Sebab, pada pengalaman semacam itu pengertian akan diri yang terpisah menjadi lenyap. Salah satu teman lama kuliah saya pernah berkomentar, "Semua orang menginginkan Tuhan, tetapi bertengkar seperti iblis untuk menghindari penyatuan."

Tahap-Tahap Perkembangan Nafsu

Para guru sufi banyak berbicara tentang nafsu, ego, atau diri yang terpisah, sebagai sesuatu yang berkembang melalui beberapa tahapan. Tahapan nafsu yang paling rendah adalah nafsu amarah (*nafs ammârah*), atau diri tiranis. Tahapan ini meliputi semua kekuatan dalam diri yang membuat kita tersesat. Istilah ini disebutkan dalam Al-Quran, ketika Nabi Yusuf a.s. meminta penguasa Mesir untuk membersihkan namanya dari tuduhan bahwa ia mencoba memerkosa Zulaikha, istri majikannya. Sang Raja mengetahui bahwa Zulaikha bersalah karena mencoba menggoda Nabi Yusuf. Setelah dinyatakan tidak bersalah, Nabi Yusuf berkata:

> *"Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."*[7]

Dalam kisah ini, kita melihat seorang Nabi mengakui bahwa ia harus berjuang melawan diri (nafsu)nya yang rendah. Dan ia mengingatkan bahwa perjuangan melawan nafsu hanya bisa berhasil dengan bantuan Allah Swt.

Pada tahapan yang paling rendah ini kita tidak menyadari kesalahan dan kecenderungan kita untuk berbuat jahat. Kita selalu menyangkal bahwa kencenderungan itu ada, sama seperti pecandu minuman keras yang mengatakan, "Aku tidak punya masalah dengan alkohol. Aku hanya minum-minum sedikit saat sarapan, menyesap sedikit sewaktu makan siang, dan beberapa teguk di antara kedua waktu itu. Aku tidak punya masalah dengan minuman keras." Ketaksadaran dan penyangkalan kita membuat nafsu yang tiranis menjadi semakin kuat. Banyak dari kita yang hidup dalam tahapan

[7] QS Yûsuf (12): 53.

ini lebih dari yang kita kira. Ini merupakan tahapan yang kerap membuat kita terpeleset. Misalnya, ketika seseorang menyalip mobil kita, atau ketika seseorang bersikap kasar, atau ketika seseorang membuat kita tersinggung atau marah, kita langsung menyikapinya secara reaktif. Kita terperesok dalam tahapan itu tanpa kita sadari. Jadi, nafsu *ammârah* sangatlah kuat.

Tahapan kedua disebut "nafsu yang mencela diri sendiri" atau "nafsu yang menyesal". Tahapan ini juga disebutkan dalam Al-Quran. Allah berfirman tentang Hari Kebangkitan, "*Dan Aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri).*"[8] Pada tahapan ini kita lebih awas akan kekuatan ego, tetapi ia masih mencengkeram kita. Pada tahapan ini kita berkata kepada diri sendiri, "Aku tahu aku akan mengatakan sesuatu yang salah, aku harap aku bisa berhenti… oh sial, aku akan mengungkapkannya…" dan kita *tahu,* semestinya kita menutup mulut, tetapi tidak bisa. Kita semburkan apa yang seharusnya tidak kita katakan. Pada tingkatan ini setidaknya kita menyadari bahwa kita salah. Kita berada dalam cengkeraman sesuatu yang bukan diri kita yang terbaik, tetapi kita masih membiarkan diri kita terus bertindak buruk.

Kita dapat melihat keberadaan dan kekuatan nafsu lebih jelas saat melatih diri kita sendiri. Kita menjadi lebih sadar; kita mulai mengganti kebiasaan dan perbuatan buruk dengan perilaku yang baik. Secara bertahap kita memperlemah kekuatan negatif nafsu dan menjauhi dominasinya. Namun, kekuatan negatif ini dapat kembali bangkit pada situasi-situasi tertentu. Kita mungkin tidak selalu di bawah kendali mereka, tetapi mereka masih ada. Seperti yang dikatakan salah seorang guru saya, kekuatan-kekuatan negatif ini bagaikan benih dalam jiwa. Mereka dapat bertunas serta membawa rasa sakit dan tragedi kecuali kita memanggangnya di api kebijaksanaan, layanan, dan disiplin spiritual.

---

[8]QS al-Qiyâmah (75): 2.

Ada riwayat tentang Nabi Muhammad saw. pergi ke gurun pasir di larut malam untuk shalat. Istri beliau yang masih belia, Aisyah r.a., mengira beliau akan menemui istri beliau yang lain. Saat beliau keluar diam-diam, Aisyah mengikutinya. Beliau menoleh ke arahnya dan menyadari bahwa sang istri mengikutinya karena dibakar cemburu. Beliau bertanya, "Aisyah, apa kau membawa setan kecil bersamamu?"

Aisyah bertanya balik, "Setan kecil apa?"

"Setiap manusia memiliki seekor setan kecil, satu bagian yang jahat, yaitu nafsu yang paling rendah."

"Begitu pula dirimu, wahai Rasulullah?"

"Iya, bahkan diriku. Namun, aku telah membuatnya menjadi seorang muslim."

Dengan jawaban itu, seakan-akan Nabi saw. mengatakan, "Aku telah menundukkan nafsuku." Sebab, menjadi muslim berarti menjadi "orang yang tunduk". Hanya para wali besar dan para nabi yang mencapai tingkatan ini. Orang lain mungkin menunjukkan kesabaran dan kendali diri paling luar biasa dalam situasi yang sangat menantang, tetapi mereka masih memiliki potensi untuk tergoda. "Benih" itu tidur dalam diri mereka, tetapi tidak mati.

Godaan-godaan itu berubah seiring kita bertambah dewasa. Setelah "nafsu yang menyesal", tingkatan berikutnya adalah "nafsu yang terinspirasi". Dalam nafsu yang terinspirasi, hati yang bijaksana mulai memasuki kepribadian dan kesadaran. Kini, untuk pertama kalinya, kita punya kekuatan alternatif untuk mengatasi kekuatan ego, yaitu kearifan, intuisi, pembimbing batin. Namun, kekuatan-kekuatan ego masih tetap aktif. Kekuasaan ego belum takluk dengan cara apa pun dan bahaya yang paling besar adalah bahwa ego dapat mulai menggunakan kebijaksaan dan intuisi kita untuk membesar-besarkan diri.

Idealnya, kita belajar mengucapkan, "Cahaya ini, kebijaksanaan ini, bukanlah milikku; ia berasal dari sumber ilahiah *melalui* diriku." Namun, ego mengklaim, "Inilah kebijaksanaan*ku*. *Aku* tahu itu."

Beberapa pencari Tuhan yang menempuh jalan spiritual, bahkan juga para guru sufi, mandek pada tahapan ini. Tahapan ini berbahaya, karena ketika ego mengalami cahaya dan kebijaksanaan, ia amat sulit berubah, karena ia mearasakan cahaya dan kebijaksanaan itu sebagai sesuatu yang nyata dan menyenangkan. Masalahnya, ego mulai menyandingkan sifat dan kualitas ini pada dirinya, bukan pada sesuatu yang lebih besar dari dirinya. Akibatnya, ego membesar, menggelembung, jumawa. Padahal, kita menginginkan sebaliknya; kita ingin ego menjadi lebih transparan dan kekuatannya melemah.

Para wali pun memiliki kepribadian, nafsu, tetapi mereka tak lagi dikuasai dan dikendalikan nafsu atau kepribadian mereka. Merekalah yang menguasai nafsu. Dengan kata lain, kepribadian mereka diperhalus dan diperindah. Mereka telah meresap dengan cahaya dan cinta. Mereka masih memiliki kepribadian; para mursyid besar tidak menjadi generik. Masing-masing orang berbeda. Ada keindahan pada kepribadian mereka karena kepribadian mereka telah menjadi wadah untuk menampung sang Ilahi. Ego mereka laksana jambangan terbuat dari tanah liat yang menyerap sebagian isinya. Karena menjadi wadah sang Ilahi, kepribadian pun meresap dengan sifat-sifat Ilahiah, diliputi cinta, cahaya, kebaikan, dan kasih sayang.

Salah seorang mursyid saya pernah berkata, "Pada awalnya kau harus membuat hidupmu teratur dan mulai menjalani hidup yang penuh dengan ketenangan, stabilitas, pelayanan, dan kejujuran sembari melaksanakan praktik-praktik religiusmu. Jika tidak maka kau bagaikan memiliki seekor sapi yang makan rumput organik dan menghasilkan susu organik. Namun, ketika kau memerah sapi itu, susunya jatuh ke dalam ember dengan beberapa lubang

kecil di bawahnya." Kita membuang-buang semua "susu" itu. Kepribadian kita bagaikan ember itu. Berbagai kebiasaan seperti tidak jujur, serakah, atau emosional laksana lubang pada "ember" kepribadian yang membuat kita tidak bisa menampung cinta Ilahi.

Para wali pun memiliki kepribadian, nafsu, tetapi mereka tak lagi dikuasai dan dikendalikan nafsu atau kepribadian mereka. Merekalah yang menguasai nafsu. Dengan kata lain, kepribadian mereka diperhalus dan diperindah. Mereka telah meresap dengan cahaya dan cinta.

Lalu, apa yang menjadi pendorong dan sumber kekuatan ego? Pertama adalah sintas diri (*self-survival*). Ego takut akan pengalaman dan transformasi mistik karena, dari sudut pandangnya, perubahan besar macam itu akan membawanya pada kehancuran dan kematian. Nafsu amarah tidak mampu dan enggan percaya kepada Tuhan. Sifat nafsu amarah benar-benar materialistis. Ia tidak percaya pada sesuatu yang lain kecuali dirinya. Ego takut ia tidak akan bisa bertahan dalam proses transformasi spiritual—dan mungkin ia tidak akan selamat. Perlawanan batin kita merupakan mekanisme sintas. Nafsu adalah bagian diri kita yang menginginkan keadaan tetap sama, stabil, sejenis komponen inersia dalam diri kita yang terus berkata, "Jangan berubah."

Kedua adalah bahwa ego itu angkuh dan meyakini bahwa dirinya terpisah dari dunia. Para sufi sering menggambarkan ego sebagai iblis. Carl Jung mendeskripsikan istilah yang mirip, yakni "sang bayangan", yakni apa-apa yang tidak kita lihat atau tidak dapat diterima dalam diri kita. Namun, Jung juga menulis bahwa sang bayangan terkait dengan daya-daya kosmik negatif yang mungkin dapat kita sebut "kekuatan-kekuatan setan". Dan tidak seorang pun suka membicarakan ini. Saya mengajarkan mata kuliah psikologi

spiritual kepada sekelompok religius "berpikiran baru" yang sangat fokus pada upaya untuk tetap berpikir positif. Setiap kali saya membahas ini, rasanya seperti menusuk salah satu berhala sapi mereka yang suci. Mereka memprotes, "Bagaimana bisa Anda mengatakan bahwa iblis itu eksis? Kita tahu, alam semesta itu baik, dan Tuhan itu Mahabaik!"

Saya coba menjelaskan, "Setiap ada cahaya, pasti ada bayangan."

Para mursyid saya menggambarkan nafsu seolah-olah memiliki motivasi dan kesadaran laiknya seorang manusia. Pada satu tingkatan, nafsu itu bagaikan metafora, tetapi pada tingkatan lain, nafsu tampak berperilaku bagaikan sebuah eksistensi. Mursyid saya, Tosun Bayrak, sering menyebut nafsu sebagai "pencuri" yang ingin mencuri apa yang indah dan berharga dalam hidup kita. Seakan-akan nafsu adalah hamba setan yang tugasnya menguji keimanan, untuk mengetahui apakah kita bisa berdiri teguh dalam keimanan. Bahkan, kadang-kadang guru saya mengatakan, "Sangatlah berhati-hati setelah kalian berhaji atau setelah mengerjakan kewajiban spiritual lain. Sebab, para pencuri biasanya tidak mendatangi rumah yang kosong. Pencuri datang jika ada sesuatu di rumah-rumah itu." Ketika kita mulai mengalami pertumbuhan spiritual, perlawanan batiniah dalam diri kita pun mulai aktif bekerja menghalangi pertumbuhan tersebut.

Jadi, bagaimana cara menjaga diri kita sendiri dari perlawanan ego? Syekh Tosun bertanya, "Apa yang kalian lakukan ketika seorang pencuri menyantroni rumah kalian di malam hari? Kalian berada di kamar tidur dan mendengar si pencuri mengenda-endap; kalian mendengar tempat-tempat lilin terbuat dari perak dimasukkan ke dalam tas si pencuri. Jika kalian bergegas turun ke bawah, lalu mengambil sebilah pisau, si pencuri pun punya belati. Jika kalian menggenggam sepucuk pistol, ia akan menodongkan pistolnya. Tak peduli senjata apa pun yang kalian miliki, si pencuri juga memiliki

senjata yang sama. Nafsu akan mencerminkan kekuatan apa pun yang kalian gunakan untuk melawannya."

Lalu, apa yang harus kita lakukan?

Mursyid saya itu memberikan jawaban, "Nyalakanlah lampu sehingga cahaya berpendaran memenuhi ruangan! Pencuri adalah seorang yang pengecut. Jika kalian menyinarinya dengan cahaya, ia akan lari tunggang langgang."

Kita tidak boleh melawannya. Melawan setan adalah tindakan terbodoh yang dapat kita lakukan. Ada banyak kisah hebat dalam tradisi tasawuf tentang orang yang mencoba melawan setan dan ternyata, setan selalu keluar sebagai pemenang. Melawan setan adalah gagasan yang sangat buruk.

Ada kisah populer yang menceritakan Nabi Muhammad saw. baru kembali dari medan pertempuran dan bersabda kepada para pengikutnya, "Kita baru saja pulang dari jihad kecil menuju jihad yang lebih besar."

Ketika ditanya, apa maksud jihad yang lebih besar, Nabi Muhammad saw. menunjuk dadanya dan menjawab, "Perang melawan nafsu sendiri. Perang di medan tempur ada awal dan akhirnya. Sementara, perang melawan nafsu tidak pernah akan berakhir."

Hadis itu mengandung ajaran yang sempurna. Saat itu, kaum muslim baru saja kembali dari pertempuran hebat melawan kaum kafir Makkah yang jumlah pasukannya lebih banyak, pasukan kavalerinya lebih hebat, peralatan tempurnya lebih lengkap, dan persenjataannya lebih bagus. Namun, berkat keimanan, dedikasi, dan rahmat Allah Swt., kaum muslim keluar sebagai pemenang. Mereka pulang dengan rasa letih masih melekati tubuh dan lelah tergambar di raut wajah, tetapi mereka bangga atas kemenangan mereka. Di saat itulah Nabi Muhammad saw. mengatakan, "Sekarang kita menuju perang yang lebih besar!" Sabda Rasulullah saw. itu dimaksudkan untuk mengingatkan para pengikutnya bahwa upaya spiritual lebih penting daripada pencapaian duniawi. Tak

selayaknya mereka berlebih-lebihan membanggakan kemenangan itu. Safer Efendi pernah berkomentar, "Perang yang berkecamuk di dunia luar tidak ada apa-apanya bila dibandingkan dengan perang yang terjadi dalam diri."

Perang di medan tempur ada awal dan akhirnya. Sementara, perang melawan nafsu tidak pernah akan berakhir.

Perang dalam diri jauh lebih kompleks daripada perang di medan tempur. Tidaklah selalu mudah untuk membedakan mana yang baik, mana yang buruk, mana yang hitam, dan mana yang putih. Dalam sebuah peperangan kita segera mengetahui siapa sekutu dan siapa musuh; siapa kawan dan siapa lawan. Namun, dalam perjalanan spiritual, perbedaan-perbedaan itu tak mudah ditenggarai. Nafsu tidak pernah mengatakan kepada kita, "Akulah musuhmu. Aku akan berusaha membuatmu menyimpang dari jalan spiritual. Aku ingin kau lebih jarang berdoa dan berkhalwat. Aku ingin kau lebih mencintai dunia." Ia juga mengatakan sesuatu yang lain: "Kau sudah bekerja keras, jadi kenapa kau tidak bersantai? Jangan buat dirimu terlampau letih. Daripada shalat, lebih baik tidur. Tidur baik untuk kesehatan. Aku temanmu. Akulah yang paling peduli padamu." Anda bisa lihat, betapa rumitnya masalah ini.

Sayangnya, kata-kata seperti jihad biasanya disalahpahami masyarakat umum—dan juga orang-orang yang menyebut dirinya muslim. Istilah jihad secara harfiah bermakna "perjuangan" atau "usaha", bukan "perang". Istilah "jihad batiniah" kerap dimaknai dengan pengertian yang menyesatkan. Dalam banyak hal, berusaha mengendalikan ego kita adalah seperti melatih seekor anjing atau kuda yang indah dan cerdik. Saya kira "transformasi melalui cinta" merupakan cara yang jauh lebih bijak dan pantas untuk mendekripsikan proses ini daripada "perang" dengan konotasinya yang keras.

Hubungan Antara Mursyid dan Darwis

Seorang sufi Turki mengatakan, "Jika kau punya luka, kau dapat mengobatinya sendiri. Namun, kau tidak bisa mengeluarkan usus buntumu sendiri." Dengan kata lain, kita dapat membuat perubahan sepele dalam diri kita sendiri, tetapi kita seorang diri tidak dapat menghasilkan perubahan batin yang fundamental. Kita tidak dapat melihat nafsu dan perlawanannya pada diri kita dengan cukup jelas. Karena itu, dibutuhkan orang lain untuk melihat peperangan hebat yang berlangsung dalam diri kita. Seorang mursyid dapat membantu terjadinya transformasi dan perubahan fundamental yang kita inginkan. Kita dapat lakukan banyak hal untuk diri sendiri, tetapi ada tingkatan tertentu dari transformasi batiniah yang tidak dapat kita raih sendiri.

Beberapa orang dewasa berpikir bahwa kita tidak butuh mursyid atau guru spiritual; bahwa kita tidak butuh siapa pun untuk memberi tahu kita bagaimana menjalani kehidupan spiritual. Namun, berdasarkan pengalaman saya, para guru spiritual yang sejati tidak pernah memberi tahu murid-muridnya apa yang harus dilakukan. Saya mengalami sendiri, para guru spiritual selalu menjadi pembimbing yang hebat dan memberikan teladan yang baik. Mereka tidak menitahkan atau mengarahkan. Saya sendirilah yang harus bekerja keras: saya sendiri yang harus mengucapkan doa, berzikir, dan melatih diri. Seorang guru yoga yang baik bernama Haridas Baba menjelaskan hal ini dengan indah. Ia bilang, "Aku bisa memasak untukmu, tetapi kau harus makan makanan itu sendiri."[9] Seorang guru dapat menghidangkan jamuan kebijaksanaan, tetapi kita harus makan dan mengunyahnya sendiri. Dapatkah kita

[9]Prem Prakash, *Three Paths of Devotion: Goddess, God, Guru* (St.Paul, MN: Yes International Publishers, 2002), 103.

melakukan itu dengan "hidangan" yang tersedia di semua buku-buku bersampul tipis berharga murah?

Beberapa orang akan menjawab, "Ya, bisa." Namun, saya pikir, mereka yang mencobanya tidak akan bisa mencerna secara spiritual. Tanpa seorang pembimbing, kita akan memilih ajaran dan praktik ibadah yang kita *sukai*, bukan yang *dibutuhkan* jiwa kita. Ego akan mendorong kita untuk memilih ajaran dan praktik ibadah yang membuat kita tetap seperti sedia kala, tidak mengalami transformasi atau perubahan. Rumi menggambarkan fakta ini dengan indah melalui ungkapannya: "Tanpa seorang pembimbing, kau akan habiskan dua ratus tahun perjalanan dari yang semestinya dapat ditempuh selama dua tahun."

Saya sangat terinspirasi oleh para tuan guru. Saya tidak punya cukup kesabaran untuk menapaki jalan spiritual selama bertahun-tahun tanpa cinta, penerimaan, dan teladan yang diberikan para tuan guru. Saya tidak punya cukup keberanian untuk melihat diri saya secara jujur dan jelas jika mereka tidak melihat saya secara jelas serta mencintai dan selalu menerima saya.

Namun, yang lebih fundamental, seorang mursyid adalah teladan yang amat kuat, yang memberi kita bukti bahwa transformasi itu *mungkin* dilakukan. Kita mengetahui hal ini karena melihat perubahan kepribadian dalam diri sang mursyid, yang wadah batiniahnya sudah dipenuhi cahaya dan cinta.

Selain itu, ada aspek esoterik dalam hubungan antara mursyid dan murid. Beberapa praktik ibadah tidak akan memiliki kekuatan apa-apa kecuali jika diajarkan dan dibimbing seorang mursyid. Gagasan bahwa Anda bisa menjadi guru bagi diri Anda sendiri mengabaikan pentingnya transmisi, silsilah, dan baiat. Jalan spiritual tidaklah murni bersifat logis atau mekanis. Jalan spiritual bukanlah pembentukan otot jiwa atau ruhani. Jalan ini lebih halus; menggambarkan hubungan energik antara murid dan mursyid. Dalam tasawuf, ini disebut *râbithal al-qalb*, "ikatan hati".

Mungkin ada kasus ketika hubungan spiritual itu terbentuk tanpa melibatkan mursyid yang masih hidup. Itulah yang terjadi antara St. Francis Assisi dan Kristus. Namun, seberapa banyak dari kita yang seperti St. Francis? Hanya sedikit sekali. Syekh Tosun pun pernah berkata, dengan sedikit bercanda, bahwa lebih baik memiliki seorang mursyid yang sudah meninggal ketimbang yang masih hidup karena para tuan guru yang sudah wafat tidak memberi banyak kesulitan. Mereka tidak bicara dan mengkritik. Mereka hanya mengajarkan yang umum-umum saja: "Mencintailah, bergembiralah, percayalah." Apa lagi yang dapat mereka ajarkan kepada khalayak? Mereka tidak dapat mengatakan, misalnya, "Kau agak sedikit munafik. Mengapa kau tidak mencoba lebih tulus ikhlas?" atau "Kau ini terlalu pelit. Praktikkanlah kebaikan hati kemudian beri tahu aku apa pelajaran yang kaupetik."

Ketika menghadapi tipuan-tipuan halus yang dilancarkan nafsu, sangat bermanfaat jika kita memiliki mursyid. Beberapa orang mulai tersesat sejak awal menapaki jalan spiritual dan mereka tidak menyadarinya. Kita butuh orang yang mengingatkan, "Bangun! Kau baru saja menyimpang jauh, kau harus kembali berjalan lurus."

Berpuasa sejak fajar hingga azan magrib berkumandang di bulan Ramadan merupakan salah satu rahmat dalam Islam bagi manusia. Sebab, puasa menyingkapkan karakter nafsu. Saat berpusa, kita menjadi mudah marah. Kita mengatakan, "Aku tidak ingin berpuasa. Aku tak mau bangun satu jam sebelum fajar menyingsing" atau "Hari ini aku harus menyetir jarak jauh. Mungkin sebaiknya aku tidak berpuasa." Kita mulai mendengar suara sang nafsu. Dan salah satu rahmat terbesar dari berpuasa—atau praktik asketik lainnya—adalah melaluinya kita bisa mulai mendengar suara yang menentang amal kebaikan: "Jangan lakukan ibadah ini. Aku tidak menyukainya."

Menghadapi situasi ini bagaikan menjumpai sang penyihir dalam *The Wizard of Oz*. Kita mendengar suara yang meyakinkan

dan keras, dan kita berpikir, "Yah, jelaslah aku harus mengikuti *suara* itu." Namun, ketika semakin sadar, kita mulai menyadari tipuan-tipuan yang dilancarkan nafsu. Kemudian, kita mendengar suara lirih yang memohon, "Abaikan pria kecil di balik layar." Semakin jelas kita melihat nafsu, semakin kita menyadari bahwa nafsu kita itu tukang tipu. Dengan demikian, semakin lemahlah kekuatan yang dimilikinya. Tapi, utuk sampai pada kesadaran itu, kita harus *melihat* sang nafsu dan membuatnya transparan.

Tradisi asketik sendiri tidak membolehkan kita melakukan itu. Purohit Swami, salah seorang guru dari India yang termashyur di abad ke-20, mengatakan bahwa ia sudah bertemu dengan banyak praktisi Yoganantha yang telah mengembangkan kapasitas dan kekuatan mereka yang besar—dan ego yang teramat kuat—melalui disiplin yoga. Jadi, ketika melakukan praktik-praktik asketik, pahamilah bahwa semua praktik itu bertujuan untuk melihat dan mengawasi diri kita sendiri. Sepertinya selama ini kita justru terus memberi makan dan memperkuat nafsu kita, misalnya dengan berpiki: "*Aku* sudah berpuasa selama sebulan penuh!" Sungguh menarik bahwa dalam Islam kita diharuskan berhenti berpuasa di penghujung Ramadan. Larangan berpuasa setelah Ramadan usai membantu kita menahan ego atau nafsu terus membesar dan menggelembung. Beberapa orang mungkin membangga-banggakan diri, "Yeah, *kau* hanya berpuasa selama dua puluh hari, *aku* berpuasa selama tiga puluh hari penuh!" Asketisme punya potensi besar untuk semakin menggelembungkan nafsu. Di sisi lain, jika kita melakukan praktik ibadah dengan sikap, "Perhatikan apa yang terjadi, awasi prosesnya, amati inspirasimu, dan perlawananmu sekaligus," maka praktik spiritual dapat benar-benar mengurangi dan melemahkan nafsu.

Ada satu kelompok dalam tasawuf yang fokus pada upaya pelemahan nafsu. Mereka disebut kelompok *Malami* (mencela diri). Mereka tahu, nafsu atau ego ingin dikenal dan dianggap baik

oleh manusia. Jadi, mereka menjalankan praktik ibadah secara sembunyi-sembunyi tanpa seorang pun mengetahui. Misalnya, kaum Malamis tidak pernah mengenakan pakaian yang secara khusus dipakai para sufi. Mereka tidak punya tempat pertemuan khusus. Mereka menghindari jerat-jerat duniawi karena mengetahui bahwa nafsu menyukai jerat-jerat itu.

Saya punya seorang kawan lama yang juga seorang mursyid yang amat dihormati dalam tradisinya. Ia benar-benar mursyid yang bijak dan brilian. Saya pernah melihatnya memasuki pusat tarekat Jerrahi di Istanbul. Ia terlihat seperti pengunjung biasa yang baru datang dari jalanan, bukan seorang mursyid. Banyak sufi yang memiliki kualitas seperti ini. Ketimbang *memamerkan* amal dan kebiasaan baik kepada orang lain, mereka memilih menyembunyikannya. Mereka berusaha agar ibadah yang mereka tunaikan tidak diketahui atau dilihat orang lain. Dari beberapa sisi, ini seperti perang canggih melawan nafsu. Ini seperti mengatakan kepada nafsu, "Apa pun yang kauinginkan, aku akan melakukan hal yang sebaliknya. Kau mau terlihat baik? Aku akan terlihat *buruk*. Kau ingin diilihat? Aku akan membuat diriku tidak terlihat. Dan kapan saja aku akan terlihat, aku akan memastikan aku tidak akan terlihat seperti yang kamu inginkan." Ini suatu disiplin yang ketat. Dibutuhkan seorang pembimbing untuk menempuh disiplin ini karena terlalu mudah bagi kita untuk terjerumus menjadi berlebihan dalam melaksanakan ibadah atau membangga-banggakan ibadah kita.

Saya pikir, sebagian besar manusia berada di bawah dominasi nafsu tiranis. Kembali pada metafora tentang Firaun, sang tiran batiniah: siapakah penguasa yang paling efektif? Dia bukanlah penguasa yang senantiasa mengerahkan pasukan untuk menjaga ketertiban, tetapi penguasa yang memberikan perintah dan semua orang mengujarkan: "Kami harus patuh." Penguasa itu memiliki wewenang yang tak bisa dipertanyakan. Sebelum kita menempuh

jalan ruhani, kekuatan sang tiran batin makin merajalela karena belum muncul lawan yang sepadan.

Namun, saat mulai menapaki jalan spiritual, kita mulai memicu timbulnya perlawanan batin. Di saat kita mencoba mengubah diri sendiri, kekuatan nafsu tiranis menentang upaya transformasi yang kita tempuh. Pasukan nafsu digerakkan. Kekuatan yang sebelumnya tiarap dan tidak bersembunyi, mendadak bermunculan. Kemunculan itu sebenarnya melemahkan kekuatan mereka karena sebelum itu keberadaannya tak lagi disadari dan diketahui. Namun, secara paradoksikal, ketika kita memulai jalan spiritual, mendadak kita melihat kekuatan nafsu. Kita berpikir, "Ya Tuhan! Aku lebih buruk dari yang kukira sebelumnya." Kenyataannya, kita tidak mengetahui seberapa buruk diri kita sebelumnya. Hidup kita didominasi ego dan kita tidak melawannya. Jadi, kala kita mulai melihat kadaan nafsu yang sebenarnya, kita pun terkaget-kaget.

Para darwis atau salik yang baru menempuh jalan spiritual sering mengalami mimpi dengan gambaran-gambaran yang menakutkan—misalnya mimpi melihat seekor ular besar keluar dari tubuh seseorang. Ular itu bisa jadi menggambarkan nafsu orang yang bermimpi (para mursyid di tarekat saya sering menakwilkan mimpi, tetapi tidak ada makna umum untuk simbol-simbol mimpi yang cocok dengan semua orang. Takwil mimpi didasarkan atas inspirasi yang diterima sang mursyid saat mimpi itu diceritakan). Sungguh menakutkan melihat ular itu dan menyadari selama ini ia ada dalam tubuh kita. Kabar baiknya, ular itu sudah pergi meninggalkan tubuh kita.

3

Mengurangi Narsisisme

Mengapa kita ada di sini? Menurut seorang sufi, kita ada di sini untuk belajar dua hal: belajar mengurangi sifat egois dan belajar mencintai. Kedua pembelajaran itu saling berkaitan. Sebab, semakin kita tidak egois, semakin tak mementingkan diri sendiri, semakin mampu mencintai orang lain, dan akhirnya semakin dekat kepada Tuhan.

Dari beberapa sisi, sesungguhnya inti pengembangan jatidiri kemanusiaan adalah hilangnya kebanggaan diri (narsisisme) dan egotisme. Kita memulai kehidupan sebagai narsisis murni. Pada saat lahir ke dunia, kita tidak tahu bahwa ada dunia di luar sana yang terpisah dari diri kita. Bagi seorang bayi, semuanya adalah tentang *aku*. Akhirnya, sang jabang bayi memilah dunia ke dalam dua kategori: *aku* dan *bukan-aku*. Pemilahan atau dikotomi inilah yang diatasi para penempuh spiritual ketika mereka mengalami penyatuan.

Ketika jabang bayi bertambah usia, ia tumbuh menjadi lebih canggih dan lebih awas terhadap dunia, khususnya untuk memanipulasinya secara lebih efektif (agar mendapatkan makanan dan kenyamanan). Saat tumbuh dewasa, kita menjadi narsisis

efektif. Sayangnya, ini dianggap sebagai perkembangan manusia yang normal dan alami.

Beberapa tahun silam, sebuah buku karya Robert J. Tinger yang berjudul *Looking Out for #1* menjadi buku paling laris. Popularitas buku-buku sejenis itu menjadi gambaran yang menyedihkan di tengah masyarakat modern. Bagi masyarakat kita saat ini, "Nomor Satu" bukanlah Tuhan. Nomor satu adalah ego. Kita diberi tahu bahwa ego, kebutuhan, dan hasrat kita adalah yang Nomor Satu (#1). Tak mengherankan jika kita melihat begitu banyak perceraian dan begitu banyak kejahatan yang dilakukan berbagai kalangan, mulai para bankir hingga para politisi yang tidak beretika.

Fenomena ini digambarkan dengan baik dalam firman Allah:

> *Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya. Kemudian Kami mengembalikannya ke posisi yang serendah-rendahnya (neraka),kecuali orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh maka bagi mereka pahala yang tiada putus.*[10]

Jalan Tasawuf merupakan jalan pendewasaan manusia; jalan untuk meneguhkan iman dan mengembangkan kapasitas serta kualitas pelayanan. Tujuan kita adalah menjadi manusia sejati, untuk menumbuhkan narsisisme yang lahir bersama kita serta menumbuhkan rasa keterpisahan kita dan mengubahnya menjadi rasa penyatuan dengan sang Maha Pencipta.

---

[10]QS al-Tīn (95): 4–6.

Pengembangan Manusia

Seorang wali sufi besar, Maulana Jalaludin Rumi, menjelaskan tahap demi tahap perkembangan jiwa manusia dalam ungkapan berikut:

> Aku mati sebagai anorganik, lalu diberkati menjadi tumbuhan,
> Aku mati sebagai tumbuhan, dan dibangkitkan sebagai hewan.
> Aku mati sebagai hewan, dan tumbuh menjadi manusia Adam:
> Jadi, mengapa mesti takut, jika sakratulmaut datang menjemput?
> Setelah maut, aku mati sebagai manusia, lalu membumbung tinggi
> Terbang dan menegakkan kepala di antara para malaikat;
> Bahkan, aku harus beranjak dari diriku sebagai malaikat:
> *Tiap-tiap sesuatu pasti binasa, kecuali Allah.*
> Sekali lagi aku dikorbankan dan mati menjadi malaikat:
> Aku akan menjadi apa pun yang tak dapat dibayangkan.[11]

Dalam puisi ini Rumi secara liris menggambarkan tahap-tahap kesadaran, atau tahap perkembangan jiwa. Pada tahapan pertama, embrio yang tengah berkembang itu lebih mirip tanaman. Ia hanya memiliki respons yang sederhana, instingtif, dan biologis—mungkin bisa kita sebut respons vegetatif. Saat janin berkembang, fungsinya tak lebih dari seekor binatang.

Tidak ada rasa cinta yang sebenarnya dalam *jiwa tumbuhan.* Tetumbuhan mencintai matahari, tetapi itu lebih merupakan tanggapan naluriah terhadap cahaya matahari, bukan cinta. Kita juga tidak bisa menemukan cinta pada hidup ikan. Mereka menetaskan telur, tetapi tidak ada hubungan nyata antara pasangan atau antara orang tua dan keturunannya.

---

[11]Kalimat yang dicetak miring dalam puisi ini adalah petikan ayat Al-Quran (QS al-Qashash [28]: 88), seperti yang diterjemahkan oleh Reynold A. Nicholson dalam *The Mathnawi of Jalaluddin Rumi* (London: Luzac, 1977), 3:3901-03, 05.

Apa yang dapat kita sebut cinta berkembang dalam *jiwa hewan*. Tuhan menciptakan mamalia yang melahirkan anak-anak yang butuh perawatan. Dalam dunia binatang, cinta dibutuhkan berbagai spesies untuk bertahan dan melanjutkan generasi; jika tidak, mamalia-mamalia muda itu tidak akan pernah bisa bertahan. Tuhan tentu dapat menciptakan hewan-hewan yang anak-anaknya tidak membutuhkan perawatan induknya. Ini berlaku bagi ikan dan serangga.

Jadi, ketika memasuki tahapan jiwa hewani, kita mulai mengenal cinta dan altruisme. Induk hewan akan mengorbankan dirinya sendiri demi anak-anak mereka atau demi pasangan; misalnya, seekor induk burung akan mempertaruhkan nyawa untuk mengalihkan pemangsa agar menjauhi sarangnya.

Narsisisme berkembang dalam tahap *jiwa pramanusia*, tahapan setelah tahapan jiwa binatang. Narsisisme muncul seiring dengan tumbuhnya inteligensia dan penalaran. Akan tetapi, inteligensia dapat berkembang tanpa cinta atau kasih sayang. Ada banyak orang yang hatinya tertutup, yang tidak bisa mencintai atau bahkan bersimpati pada orang lain. Bagi Sufi, orang-orang ini belumlah menjadi manusia sepenuhnya, tak peduli seberapa pandainya mereka.

Karakter fiktif Hannibal Lector dalam novel dan film *The Silence of the Lambs* adalah contoh nyata seseorang yang cerdas, tetapi tidak punya hati dan kasih sayang sama sekali. Bentuk tubuhnya memang manusia, tetapi perkembangannya begitu kerdil sehingga dia tidak lebih dari binatang.

Ego berkembang pada tahapan ini saat kita belajar merasa dan memanipulasi dunia sekitar kita. Ia berkembang seiring dengan perkembangan indria dan kemampuan kita memahami apa yang ada di sekeliling. Ego menggunakan pemahaman ini untuk memuaskan tuntutan yang disebut Freud sebagai *id*, yang lebih mirip dengan jiwa binatang. *Id* mengabdikan diri secara penuh pada keinginan

dan kebutuhannya (penting untuk diingat bahwa istilah *ego* dan *id* mengacu pada proses yang kompleks dalam diri kita. Keduanya adalah dua hal yang statis dan tak berbentuk).

Menurut Freud, ego adalah "representasi dunia luar dari *id*".[12] Maksudnya, yang diinginkan ego adalah menguasai dunia luar. *Id* menghamba pada *prinsip kenikmatan*, kepuasan memenuhi dorongan dalam diri. Ego terasosiasi dengan nalar, sementara *id* terkait dengan hasrat.

Masalah mendasar ego adalah persepsinya akan keterpisahan. Ego tidak pernah kehilangan rasa keterpisahan. Sedikit banyak, ego melakukan syirik, yakni menyembah sesuatu selain Allah Swt. dan menyangkal penyatuan Tuhan yang esensial. Syirik adalah lawan pernyataan mendasar dalam Islam, yakni tauhid atau pengesaan—*lâ ilâha illalâhu*, "Tiada Tuhan selain Allah". Tegasnya, hanya ada satu Tuhan, satu Realitas yang mendasari kemajemukan realitas yang dicerap.

Ada dua proses yang fundamental dan saling bertentangan dalam evolusi. Proses pertama adalah gerak menuju pemisahan dan kedua ialah gerakan menuju penyatuan. Dalam proses pemisahan, ego berkembang dan kita memperdalam pemahaman kita sebagai individu yang berbeda di dunia. Karenanya, ego merupakan satu kekuatan dalam diri kita yang bekerja agar kita tidak mengembangkan rasa penyatuan. Kita selalu punya dua pilihan, yaitu bergerak menuju pemisahan atau bergerak menuju penyatuan. Begitu kita bergerak menuju pemisahan, kita menjadi semakin jauh dari Kebenaran. Seperti dikatakan Rumi, sebuah cermin yang pecah merefleksikan ratusan bayangan dari satu objek, tetapi apabila kita dapat memperbaiki cermin itu maka ia hanya akan memantulkan satu bayangan. Tasawuf memberi kita cara untuk memperbaiki

---

[12]Sigmund Freud, *The Ego and the Id* (New York: Norton, 1923; repub. London: Hogart Press, 1949). 708.

hati kita yang hancur berkeping-keping seperti cermin pecah yang diamsalkan Rumi.

Pernah suatu ketika seorang darwis muda duduk di pondok sufi sembari menyimak mursyidnya. Ada seorang pria yang bertugas mengumpulkan sandal setiap orang yang masuk ke pondok. Pria itu masuk membawa sebelah sandal di tangannya. Katanya, "Saya tidak bisa menemukan pasangan sandal ini. Sandal yang sebelah lagi mungkin hilang."

Sang darwis muda melompat berdiri dan berteriak, "Itu sandal *saya*! Mana yang satunya lagi? Siapa yang mengambilnya?"

Sang mursyid yang mendengar ucapannya itu berkata dengan lembut tetapi tegas, "Anakku, mungkin kau sebaiknya pergi. Tidak ada tempat bagi orang yang mementingkan aku dan milikku ketimbang kita dan milik kita."

Gerak pemisahan ini memberikan perangkat yang kuat pada ego untuk bertahan di dunia, tetapi kita harus atasi batasan-batasannya. Sayangnya, sebagian besar manusia tetap mandek pada proses pemisahan yang berdasarkan ego. Kehidupan mereka berakar pada sudut pandang *aku* dan *milikku* karena kata-kata itu menguatkan rasa pemisahan yang dimiliki ego.

Proses fundamental yang kedua, yaitu gerak yang membawa kita menuju penyatuan. Proses ini didasarkan atas cinta. Kapasitas untuk mencintai tumbuh bersamaan dengan perkembangan *jiwa manusia*. Bayi manusia membutuhkan perawatan lebih banyak dan lebih lama dibanding bayi-bayi spesies lain sehingga kita lebih banyak mendapatkan cinta. Mursyid saya mengajarkan bahwa kapasitas kita untuk mencintai berakar pada cinta Tuhan kepada kita. Seperti ragam energi lainnya, cinta mengalir dari pusat konsentrasi yang paling besar (Tuhan) ke bagian konsentrasi yang lebih kecil. Kita sebagai orang dewasa mudah jatuh cinta dan mencurahkan kasih sayang yang besar kepada anak-anak. Sebab, anak-anak—dengan keluguan, kemurnian, dan kelemahan mereka—membuat kapasitas

kita untuk mencintai menjadi semakin hidup. Saya percaya, Tuhan telah merancang keluarga manusia sebagai tempat yang di dalamnya kita belajar mencintai, tempat berkembangnya jiwa manusia. Tuhan menciptakan banyak keluarga dan komunitas untuk seluruh manusia dan juga bagi para hewan dan burung-burung. *"Dan tiadalah binatang-binatang yang ada di bumi dan burung-burung yang terbang dengan kedua sayapnya, melainkan umat (juga) seperti kamu".*[13] Kita semua tumbuh berkembang dalam keluarga. Meski bagi beberapa orang berbeda-beda, baik yang orangtuanya masih utuh atau pun yang salah satunya telah tiada, keluarga menjadi tempat paling mendasar bagi perkembangan manusia.

Sewaktu kita belajar mencintai, kita mulai mengatasi narsisisme; kita mulai mendahulukan kebutuhan orang lain sebelum kebutuhan kita. Bagi sebagian besar manusia, kemampuan untuk belajar mendahulukan kepentingan orang lain tidak muncul sebelum jatuh cinta atau menjadi orangtua. Saya sering berpikir, memiliki anak-anak merupakan terapi kejut versi Tuhan yang didesain untuk mengobati kita dari egoisme dan perhatian pada diri sendiri. Setelah seorang anak lahir, ayah dan bunda yang suka tidur sepanjang malam mendadak harus terjaga tiap beberapa jam. Hidup mereka mulai berkisar di sekitar anak itu dan mereka menikmatinya (sayangnya, masih banyak orangtua yang menganggap anak-anak mereka hanyalah pemuas ego. Tragisnya, anak-anak mereka secara umum tumbuh menjadi pribadi yang mudah terluka dan gamang).

Idealnya, anak-anak bertumbuh kembang dalam lingkungan keluarga yang saling mencintai, diliputi rasa peduli, dukungan, dan asuhan. Para penempuh jalan spiritual tumbuh dalam berbagai komunitas spiritual yang—sekali lagi idealnya—bagaikan keluarga yang sehat. Di seluruh dunia, model yang tepat untuk komunitas spiritual adalah keluarga. Ini termasuk tradisi biara dalam agama

[13]QS al-An'âm (6): 38.

Kristen, *ashram* di India, kuil Zen di Jepang, dan pusat-pusat sufi di seluruh dunia Islam.

Kedudukan guru adalah seperti ayah atau bunda. Kata *abbot* dalam bahasa Inggris yang bermakna uskup, misalnya, berasal dari kata *abba* yang dalam bahasa Yunani atau dalam bahasa Aramaik berarti ayah. Istilah umum bagi seorang guru sufi adalah *baba* yang artinya juga ayah. Cita-cita sebuah komunitas spiritual adalah menciptakan sebuah keluarga spiritual yang sehat yang akan meneruskan proses perkembangan menjadi manusia sejati.

Sudah semestinya kita menaruh banyak perhatian kepada mursyid, karena hubunngan kita dengan mursyid sangatlah penting. Namun, kita pun tidak boleh mengabaikan hubungan dengan seluruh anggota keluarga sufi kita. Para murid dalam sebuah komunitas spiritual adalah sesama anggota keluarga yang harus saling memperhatikan dan menyayangi. Komunitas spiritual seharusnya menjadi tempat untuk mengembangkan kapasitas kita untuk melayani, mencintai, dan saling belajar. Hubungan antara mursyid dan darwis merupakan hubungan paling penting dalam tasawuf, tetapi kita juga dapat memetik pelajaran yang banyak dan berharga dari sesama murid, bukan hanya dari mursyid.

Kita ada di sini untuk memberikan pelayanan, belajar dari seseorang, belajar menjadi sabar saat menghadapi seseorang, dan belajar mencintai meskipun kita memiliki keburukan. Bahkan, sebagai darwis, kita diajarkan untuk melihat hanya yang baik-baik saja pada diri seseorang, bukan yang buruk-buruk. Akan lebih mudah jika kita tidak pernah membuat kesalahan, tetapi kita tidak akan pernah menemukan orang yang benar-benar sempurna, bersih dari kesalahan. Di jalan spiritual, tantangan dan pelajaran yang harus kita petik adalah bagaimana mengatasi mereka yang kurang sempurna. Tegasnya, bagaimana mengatasi diri kita semua.

Kapasitas kita untuk mencintai itu lebih besar daripada spesies lainnya. Namun, di sisi lain, kita juga memiliki potensi sangat besar

untuk bersikap egois, narsis, dan menjauhkan diri dari Tuhan. Posisi kita dapat membumbung lebih tinggi daripada para malaikat atau terbenam lebih rendah daripada binatang. Hewan tidak terlalu jauh dari Tuhan ketimbang manusia karena mereka tidak punya intelektualitas tinggi yang memberi tahu betapa uniknya mereka. Hewan tidak akan terbenam dalam penyakit membanggakan diri sendiri (narsis) yang menghinggapi banyak manusia.

Saat kita tumbuh dewasa, kedua bentuk kekuatan tersebut meningkat dan tumbuh semakin kuat. Dalam lingkungan yang penuh cinta dan kasih sayang, kapasitas kita untuk mencintai berkembang pada saat yang sama dengan perkembangan ego. Kekuatan pemisahan dan kekuatan penyatuan sama-sama tumbuh makin kuat. Dua kekuatan hebat ini jauh lebih besar dari diri kita sendiri. Keduanya bukan sekadar kecenderungan personal dalam diri kita. Keduanya merupakan kekuatan evolusioner yang aktif dalam diri kita semua hingga hari ini. Rumi secara nyata menggambarkan kondisi manusia ketika mengatakan bahwa dalam penciptaan manusia "Tuhan mengikatkan sayap malaikat di ekor keledai dengan harapan sifat-sifat yang melekat pada malaikat dapat mengubah binatang itu".

Kita dapat bertindak berdasarkan dorongan-dorongan yang egois atau dorongan untuk mencintai dan melayani. Bisa jadi kita memulainya dari satu tempat yang penuh cinta dan pelayanan, tetapi terus bergerak dan tanpa disadari semakin kehilangan arah dari titik berangkat pertama. Bisa jadi niat awal kita baik, yaitu untuk mencintai dan melayani, tetapi pergerakan yang kita lakukan membuat kita semakin melupakan niat tersebut. Kita semua pernah mengalami situasi semacam ini. Sering kali niat kita yang paling baik dibajak dan kemudian digantikan ego atau nafsu kita.

Mungkin kita tidak menyadari bahwa ego atau nafsu telah membajak dan mengubah niat kita hingga semuanya terlambat. Dalam bidang pekerjaan saya, yakni pendidikan, saya sudah pernah

melihat banyak instruktur memilih profesi mengajar karena mereka memang ingin mengajar. Mereka sangat menyukai ilmu yang mereka ajarkan dan ingin memberikan kontribusi pada bidang yang mereka pilih. Namun, banyak guru melupakan niat awal mereka itu setelah bertahun-tahun. Pembelajaran yang mereka sampaikan setiap hari atau setiap minggu hanya menjadi tugas rutin yang harus dilaksanakan, tidak lagi menjadi aktivitas yang menyenangkan. Mereka juga tidak menerapkan pengasuhan yang santun dan penuh kasih ketika berhubungan dengan para murid. Mereka melupakan niat paling awal untuk mengajar dan memberikan manfaat bagi sesama. Semakin lama mengajar, mereka semakin terlatih untuk berpura-pura. Sebagian mungkin menyadari bahwa mereka hidup dalam kebohongan, mengira bahwa mereka adalah guru yang berdedikasi padahal mereka tak lagi memiliki kecitaan mengajar dan keinginan untuk mengasihi serta melayani murid-murid.

Dari banyak segi, kita melihat bahwa seluruh sistem perguruan tinggi yang berkembang saat ini telah melembagakan kegagalan seperti ini. Di beberapa perguruan tinggi, mengajar hanyalah *lip service*—rutinitas tanpa makna. Para pengajar dipromosikan berdasarkan penelitian dan penerbitan karya ilmiah, bukan semangat dan kepedulian mereka pada pembelajaran. Tidak hanya itu, sebagian besar staf administrasi universitas tidak pernah mengajar. Ketika para pegawai akademik tidak memahami bagaimana mengajar yang baik, keputusan yang mereka ambil akan melemahkan proses pengajaran, bukan memperkuatnya. Para pengurus, civitas akademi, dan juga para dosennya masih berpegang teguh pada mitos bahwa merekalah benteng tempat belajar dan mengajar. Padahal, lebih jujur jika kita mengatakan bahwa perguruan tinggi macam itu sebagai *pabrik pendidikan* yang dirancang untuk menghasilkan ribuan sarjana setiap tahunnya.

Ego selalu bekerja dan mencoba membuat kita melupakan niatan untuk mencintai dan melayani, serta niat untuk bertindak

bukan berdasarkan egotisme dan pementingan diri sendiri. Esensi ego adalah egoisme. Nafsu mungkin lebih layak disebut ego narsistik. Tentu saja ada beberapa makna untuk istilah *ego*, tetapi ketika kita menyebut ego narsistik, maknanya sudah jelas. Kekuatan ini terus-terusan mendorong kita bertindak egois. Dalam Al-Quran, Nabi Yusuf a.s. mengatakan, *"Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat Tuhanku."*[14] Inilah kekuatan dalam diri kita yang memaksa dan terus mendorong kita melakukan keburukan atau terbenam dalam keburukan. Kekuatan ini akan merusak dan membahayakan diri kita, juga orang lain.

Kekuatan ini merupakan salah satu tantangan besar umat manusia. Kita semestinya beranjak dari sikap peduli yang bersyarat menuju kepedulian tanpa syarat; beralih dari egoisme pada pelayanan dan altruisme. Kita mesti berusaha mencintai orang lain meskipun ia tidak melakukan apa pun untuk kita. Lebih jauh, kita mencintainya bahkan meskipun ia benci dan memusuhi kita. Kita harus menumbuhkan perasaan saling mencintai karena di antara kita semua tidak ada yang sempurna.

Jika kita sempurna, kita tidak akan membutuhkan jalan spiritual. Lebih dari segalanya, tasawuf adalah obat dan jalan keluar bagi ketidaksempurnaan kita. Tunjukkan pada saya mursyid atau darwis yang "sempurna" dan saya akan tunjukkan pada Anda seorang munafik yang berpura-pura sempurna. Bahkan para wali besar pun tidak ada yang sempurna.

Kita hidup di dunia ini dan di tengah-tengah masyarakat untuk belajar saling memaafkan dan memberi manfaat satu sama lain. Jika keburukan orang lain benar-benar mengganggu kita, itu mungkin demi mengingatkan kita terhadap keburukan kita sendiri. Nabi Muhammad saw. mengajarkan "Kaum mukmin adalah cermin

---

[14]QS Yûsuf (12): 53.

bagi mukmin lain." Artinya, kita dapat melihat pada diri seorang mukmin sifat-sifat terbaik kita, seperti iman, cinta, keikhlasan, dan sebagainya. Namun, kita juga dapat melihat keburukan-keburukan kita pada diri orang lain. Dan kadang-kadang mengetahui sifat-sifat negatif orang lain membuat kita sadar akan sifat buruk dalam diri kita sendiri yang sering kali tak disadari keberadaannya. Dengan bercermin, kita dapat melihat ada kotoran di hidung, lalu berusaha membersihkannya. Tanpa cermin, kita tidak akan tahu adanya kotoran di hidung atau wajah kita. Jadi, keberadaan cermin sangat tak ternilai untuk melihat dan memperbaiki diri kita sendiri. Begitu pulalah kedudukan seorang mukmin bagi mukmin lainnya.

Cermin membuat kita bisa melihat diri sendiri. Cermin juga merupakan perangkat untuk belajar dari kesalahan orang lain. Bisa jadi selama ini kita pun melakukan kesalahan seperti yang dilakukan orang lain. Jika kita melihat seseorang melakukan kesalahan dan merasakan akibatnya, tentu kita tidak akan membuat kesalahan yang sama! Tanpa cermin, tanpa keberadaan orang lain, kita menjadi tidak peduli dan tidak menyadari apa yang kita katakan dan kita lakukan.

Ego kita bisa saja mencoba tipuan lain dengan mengakui kesalahan kita jauh lebih buruk daripada kesalahan orang lain. Dengan begitu, kita membual bahwa kita *lebih baik* daripada orang lain—lebih baik dalam melakukan kesalahan. Kalau kita mengikuti ego dan menerima pujian yang tak layak ini maka kita tidak akan pernah beranjak dari egoisme dan kebanggaan diri. Kita tidak pernah bergerak melakukan perubahan. Lagi pula, jika aku lebih buruk daripada orang lain, bagaimana mungkin aku bisa berharap untuk berubah?

Dalam beberapa hal, keluarga dan komunitas sufi adalah laboratorium yang mengajari kita sikap saling mencintai. Sebagai contoh, kami menciptakan ulang keluarga, yang telah diciptakan Tuhan ribuan tahun silam sehingga kami dapat belajar untuk bertumbuh

kembang, mencintai, bersabar, dan memaafkan. Sebuah komunitas sufi merupakan keluarga spiritual yang di dalamnya kita merasa cukup aman untuk mengambil risiko dari perubahan dan bertumbuh kembang.

Kita hidup di dunia ini dan di tengah-tengah masyarakat untuk belajar saling memaafkan dan memberi manfaat satu sama lain. Jika keburukan orang lain benar-benar mengganggu kita, itu mungkin demi mengingatkan kita terhadap keburukan kita sendiri.

Psikolog besar Carl Rogers menunjukkan bahwa bertumbuh kembang hanya terjadi jika secara psikologis seseorang merasa aman. Kita semua butuh perasaan dicintai dan diterima. Rogers menekankan, unsur paling penting dalam konseling atau terapi apa pun adalah penghormatan dan penghargaan tanpa syarat dari seorang konselor kepada kliennya. Sebagai darwis, kita harus belajar peduli pada orang lain tanpa syarat. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, kapasitas kita *untuk* mencintai berasal dari *keadaan* dicintai. Teladan kita adalah sang mursyid. kedudukan seorang mursyid bagaikan orangtua, yang tidak berhenti mencintai anak-anaknya, termasuk ketika mereka berbuat nakal. Sama halnya, mursyid kita pun akan tetap mencintai kita meskipun kita punya banyak keburukan.

Muzaffer Efendi pernah dikunjungi dua psikiater terkenal dari Amerika yang menanyakan bagaimana ia memperlakukan para darwisnya. Ia menjawab, "Ketika seseorang datang, kami terima dan kami perhatikan. Semua orang, tak peduli betapa buruk sikap dan perbuatannya, setidaknya punya satu sisi yang baik. Kita bisa temukan sisi baik itu dan terus membangunnya. Sisanya akan bekerja sendiri."

Sebagian besar kepedulian kita bukanlah cinta yang sebenarnya. Kepedulian kita tak ubahnya kepedulian pedagang.

"Aku mencintaimu karena kau cantik atau tampan."

"Aku mencintaimu karena kau mau kusuruh-suruh. Semakin banyak yang kaukerjakan, semakin aku mencintaimu." Sikap macam itu bukanlah cinta tanpa syarat.

Sayangnya, kita melihat saat ini sebagian orangtua mencintai anak-anak mereka *dengan syarat*. Akibatnya, anak-anak dengan cepat belajar bahwa mereka hanya akan disayang ketika mereka bersikap baik, berprestasi dalam olah raga, atau mendapat nilai bagus di sekolah. Mereka belajar bahwa orangtua mencintai mereka karena prestasi yang mereka raih. Tanpa itu, mereka tidak dapat dicintai. Kita harus membuat anak-anak tahu bahwa kita mencintai mereka apa adanya. Kita boleh saja tidak menyetujui pilihan mereka, kita dapat saja marah karena sikap mereka, atau meminta mereka berhenti melakukan sesuatu yang membahayakan keselamatan. Tapi, seharusnya kita tidak pernah berhenti mencintai mereka dan mereka harus mengetahui bahwa kita tetap dan akan terus mencintai mereka.

Saya berharap di komunitas sufi ini para murid dan juga mursyidnya dapat merasakan cinta dan kepedulian tanpa syarat. Apa pun yang terjadi, saya berharap kita dapat saling mencintai, saling peduli, dan saling memaafkan kesalahan tanpa syarat apa pun. Jika tidak dapat lakukan ini, kita tidak berkembang dari narsisisme yang membuat kita terus membanggakan diri sendiri, mengabaikan orang lain, memisahkan diri dari orang lain, dan hanya memedulikan kepentingan diri sendiri.

Jalan spiritual yang kita tempuh merupakan perjuangan. Kita harus terus kembali ke niat dan dorongan awal; kita harus meninjau ulang hubungan kita dengan orang lain dan terus mengevaluasi ulang hubungan tersebut. Komunitas sufi merupakan laboraturium, tempat untuk mengatasi dan melemahkan egoisme kita. Jika sebagian besar kita lupa melakukan upaya ini, diharapkan seseorang mengingatkan kita. Itulah fungsi komunitas atau persaudaraan.

Dan, semoga mereka yang ingat akan terus mengingatkan orang lain. Ini adalah salah satu fungsi komunitas spiritual. Sebagian orang ingat dan mereka dapat menjadi cermin bagi orang mukmin yang merefleksikan iman, cinta, dan pelayanan. Suri teladan mereka membantu kita melawan kecenderungan egoisme kita.

Kembali pada tahapan-tahapan jiwa yang dikemukakan Rumi, kita tumbuh dari tahap mineral menuju tahap sayuran, lalu ke tahap binatang, kemudian ke tahap "pribadi" atau ego. Pada tiap tahapan ini jiwa terikat pada tubuh ragawi. Jiwa manusia terletak pada kalbu, hati spiritual. Inilah tahapan perkembangan lengkap dari cinta, kasih sayang, dan belas kasih yang tak egois. Cinta—dalam bentuk yang paling dasar—ada dan dirasakan dalam jiwa binatang yang mencintai dan merawat anak-anaknya. Namun, cinta pada jiwa binatang itu tidak mengalami perkembangan, sementara dalam diri manusia, cinta dan kasih sayang benar-benar berkembang dan terus berkembang.

Jiwa yang menempati wadah ragawi saat ini tidak akan ikut saat kita meninggalkan dunia. Ketika jasad dikuburkan, jiwa tidak menyertainya. Jiwa binatang terletak dalam hati ragawi dan hati ragawi itu tidak bisa menghindari kematian. Apa yang ada dalam tulang belulang akan dikuburkan bersama tulang-tulang itu. Apa yang ada di otak akan turut dibenam bersama otak itu. Tapi sesuatu yang terletak dalam hati spiritual tidak bisa dikuburkan karena hati spiritual bukanlah organ ragawi.

Para wali telah mengembangkan diri sehinggga mereka dapat melampaui dunia material. Namun, bagi mereka yang benar-benar meneguhkan diri, pada tahap-tahap awal pencarian jiwa akan terikat pada tubuh yang tak abadi dan akan berakhir di peti mati yang tertanam dalam tanah. Kita menjadi begitu terikat dengan tubuh sehingga kita begitu takut akan mati karena tubuh tidak akan abadi. Jika kita justru menjadi terikat dengan hati dan jiwa, kita tidak akan takut dengan kematian.

Perkembangan manusia melibatkan pertumbuhan cinta tanpa syarat, pelayanan, dan cinta kepada Tuhan. Namun, kita tidak pernah benar-benar mencapainya. Kita hanya berjuang menuju ke arahnya.

Di atas tingkatan jiwa manusia adalah *jiwa malaikat*. Para malaikat senantiasa berdoa, terus mengingat Allah. Jauh di lubuk hati spiritual, kita semua memiliki jiwa malaikat. Kita memiliki potensi untuk hidup dalam keadaan selalu ingat Allah yang sama tingkatannya dengan para wali besar dan para nabi.

Tahapan yang ketujuh atau yang terakhir adalah *jiwa sultan* (yang juga disebut *jiwa raja* atau *rahasia segala rahasia*). Pada tahapan ini tidak ada lagi dualisme. Bahkan pada tahapan jiwa malaikat ada perbedaan antara yang mengingat dan yang diingat. Sementara, pada tahapan terakhir ini hanya ada kesatuan; tidak ada lagi *Aku*. Jiwa transenden itu juga ada dalam diri kita. Muzaffer Efendi pernah mengatakan bahwa ada percik cahaya dalam diri kita yang merupakan percikan Cahaya Ilahi, satu percik yang tidak terbatas. Percik yang ada dalam diri kita ini melampaui semesta ini dan dapat secara langsung membakar dualitas seluruh penciptaan.

Penting bagi kita untuk mengingat bahwa Tuhan mengembuskan jiwa Ilahi kepada kita untuk mengetahui bahwa Tuhan hadir di pusat diri kita. Dapatkah kita terhubung dengan bagian terdalam diri kita sendiri? Dapatkah kita mengungkap Sang Ilahi dalam diri kita? Jawabannya akan ditemukan melalui upaya yang kita lakukan sendiri tanpa henti. Hanya dengan rahmat Allah Swt. kita bisa mulai mendapatkannya meski hanya sekilas.

Dalam komunitas spiritual, kita mencoba mengembangkan diri kita menuju tahapan manusia seutuhnya sebagaimana yang diinginkan Tuhan. Komunitas sufi merupakan laboratorium untuk menjadi manusia, untuk mengembangkan dalam diri kita sesuatu yang abadi, yang akan ikut bersama kita menuju kehidupan

berikutnya. Mursyid saya mengatakan bahwa kita ada di dunia ini untuk menyiapkan diri menuju kehidupan berikutnya.

Dzikrullâh berarti ingat Allah Swt. Kami mempraktikkan *dzikrullâh* setiap minggu dengan menyenandungkan nama-nama Tuhan bersama-sama. Ritual itu memberi kami rasa seakan-akan berada pada tahapan jiwa yang lebih tinggi. Namun, jika kita telah banyak mengalami pengalaman *dzikrullâh* yang indah tetapi tidak mengembangkan cinta dan pelayanan maka pengalaman itu akan hilang bagaikan air yang dituangkan ke dalam ember yang bagian bawahnya berlubang. Sebuah hidup yang penuh cinta dan dipenuhi aktivitas melayani sangatlah penting dalam perjalanan spiritual. Saat kita belajar mengurangi egoisme dan menambah sifat menyayangi, lubang-lubang pada wadah kesadaran kita semakin berkurang. Lambat laun kita dapat memegang teguh inspirasi doa itu dan menjaga nikmatnya zikir.

Mari kit agunakan metafora lain. Awalnya kita laksana sebuah baterai yang tak bisa bertahan tanpa dicas atau disetrum kembali. Kita terus "mengecas" diri kita sendiri dengan praktik-praktik spiritual, tetapi energi spiritual tidak pernah abadi. Hidup bagaikan menaiki dan menuruni lembah spiritual yang berganti-ganti karena titik tertinggi tidak dapat dipertahankan. Tosun Efendi menjelaskan bahwa seseorang hanya siap menjadi mursyid ketika dirinya telah mengembangkan kapasitas untuk siap "dicas" secara spiritual. Selain "mengecas" dirinya seorang mursyid juga mesti dapat "mengecas ulang" orang lain.

Tugas kita adalah menjadi utuh. Ketika kita menjadi utuh, kita dapat terus "dicas". Kita tidak lagi kehilangan spiritualitas dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari. Kita belajar mempertahankan keadaan ingatan dan inspirasi kita sampai akhirnya kita dapat menginspirasi orang lain. Sampai titik itu diraih, kita selalu membutuhkan; kita terus berpaling pada tuan guru spiritual dan praktik spiritual untuk mengecas ulang diri kita dan mendapat

> Kita laksana sebuah baterai yang tak bisa bertahan tanpa dicas atau disetrum kembali. Kita terus "mengecas" diri kita sendiri dengan praktik-praktik spiritual, tetapi energi spiritual tidak pernah abadi.

inspirasi kembali. Tetapi kita tidak bisa menahan keberlangsungannya, jadi kita selalu berpaling kembali kepada mereka. Ini menjadi semacam kecanduan spiritual.

Sebagian orang sering berganti-ganti guru. Mereka mendatangi seorang guru, mengabdikan diri mereka pada praktik spiritual tertentu, kemudian merasa kecewa karena tidak ada kemajuan yang dicapai. Lalu mereka berpaling pada guru yang lain dan menjalani praktik spiritual lain. Mereka terus merasa frustrasi karena menyadari bahwa mereka tidak mengalami kemajuan spiritual. Sesungguhnya mereka tidak sadar bahwa mereka tengah mengembangkan kekuatan untuk menahan energi spiritual. Tidak akan ada sistem atau pelatihan yang cocok dan efektif bagi mereka. Berganti-ganti guru, melompat dari satu sistem ke sistem spiritual lain hanya semakin meyakinkan bahwa tak ada satu pun yang dapat mengubah mereka. Syekh kami, Tugrul Efendi, pernah bertanya pada sekelompok darwis Eropa, "Apakah awal perjalanan spiritual?" Ketika tidak seorang pun yang bisa menjawabnya, ia berkata, "Menyimak." Kemudian ia kembali bertanya, "Apakah ujung perjalanan spiritual?" Sekali lagi semua orang bungkam, dan kemudian ia berkata, "Mendengarkan."

Bagaimana agar kita mampu "menahan energi spiritual" sehingga tidak lenyap? Jawabannya adalah dengan saling memberikan cinta dan saling mengasuh; dengan mengembangkan pelayanan yang sederhana dan bersahaja dalam kehidupan sehari-hari. Kembali ke metafora awal, akan lebih dramatis jika kita mengambil ember milik seseorang dan pergi ke Air Terjun Niagara atau pergi ke belahan dunia lain untuk mengambil air suci dari Sungai Gangga atau

sumur Zamzam di Makkah. Namun, untuk melakukan kebaikan semacam itu, yang pertama harus kita lakukan adalah menambal lubang yang ada di ember kita. Air yang paling suci sekalipun tetap akan merembes keluar kecuali jika ember kita dalam keadaan baik, tanpa lubang dan retak sedikit pun.

Jadi, kita mulai dari lingkungan kita sendiri. Banyak dari kita yang sudah pergi ke Makkah dan membawa berliter-liter air Zamzam dan juga inspirasi indah yang berasal dari tempat suci. Kemudian, dengan sangat cepat, pengalaman-pengalaman itu mulai memudar. Ini merupakan salah satu tahapan yang maknanya telah disebutkan dalam hadis Nabi Muhammad saw., "Sebagian orang berpuasa, tetapi yang mereka dapatkan hanyalah rasa lapar. Sebagian orang pergi ke Makkah dan yang mereka lakukan hanyalah wisata."

Dalam tasawuf kita memulai perjalanan dengan mengembangkan kehidupan sehari-hari yang stabil dan kukuh, hidup yang penuh kejujuran, kasih sayang, dan pelayanan. Pada akhirnya, kita akan memiliki kemampuan untuk mempertahankan pengalaman-pengalaman spiritual. Solusinya bukanlah pergi ke air terjun yang lebih besar, belajar dengan seorang guru yang "lebih suci" atau menerapkan ibadah yang "lebih baik". Langkah itu tidak akan berhasil. Ada ribuan murid di luar sana yang mengidap salah paham seperti ini. Mereka fokus pada apa yang bisa mereka ambil tanpa memikirkan apakah mereka sanggup menampungnya.

Muzaffer Efendi pernah berkata bahwa beberapa mursyid bagaikan Air Terjun Niagara dan mursyid lainnya laksana keran air biasa. Dan beberapa murid hanya memiliki cangkir kecil, sementara sebagian lain punya ember atau bahkan gentong. Namun, yang paling penting adalah meraih cangkir, ember atau gentong itu, memastikan tidak ada lubang di dasarnya, dan meletakkan di bawah keran yang menetes sampai penuh isinya. Jika kita sudah yakin ember kita masih utuh, ember itu akan terisi penuh pada akhirnya. Jika kita pergi ke Air Terjun Niagara, kita mungkin akan menikmati

airnya yang melimpah ruah. Akan tetapi, hanya sedikit dari air itu yang dapat ditampung wadah kita. Jika kita mencoba mengisi sebuah cangkir dengan selang air maka sebagian besar airnya akan tumpah ke mana-mana. Pengalamannya mungkin menyenangkan, tetapi tidak akan bertahan lama.

Menempuh jalan spiritual membutuhkan kesabaran. Perjalanan itu merupakan proses jangka panjang. Tentu saja kita dapat berjaga sepanjang malam beberapa kali dalam seminggu dan melakukan praktik ibadah khusus selama berjam-jam hingga fajar menyingsing. Namun, keadaan itu tidak akan bertahan lama. Bahkan, praktik-praktik itu cenderung memberi makan dan membesarkan ego. Tentu saja merupakan suatu rahmat jika kita melakukan banyak ibadah, terjaga sepanjang malam, dan melakukan ibadah tambahan meski tak sering. Namun, itu semua harus dilakukan dalam konteks kesabaran. Kita pun harus selalu ingat bahwa jika kita benar-benar berkembang dan bertumbuh, itu bukan karena semata-mata upaya kita, melainkan karena rahmat Allah Swt.

4

Hati adalah Cermin

Memoles Cermin Hati

Nabi Muhammad saw. bersabda, "Segala sesuatu di dunia ini yang bisa berkarat pasti ada pemolesnya dan pemoles hati adalah zikir."[15] Zikir adalah obat dan nutrisi yang akan memelihara hati kita tetap sehat.

Seorang wali sufi, Syekh Abdul Qadir al-Jailani, menulis, "Hati kita adalah cermin yang sudah dipoles. Kita harus membersihkan lapisan debu yang menempel di atasnya hingga bening karena hati kita ditakdirkan untuk merefleksikan cahaya rahasia-rahasia Ilahi."[16] Fungsi cermin adalah memantulkan bayangan yang ada di depannya. Lalu, apakah yang direfleksikan hati kita? Apakah yang dimaksud "cahaya rahasia-rahasia Ilahi" itu?

Dalam *Matsnawi*, Rumi menceritakan sebuah kompetisi seni yang hebat. Dua tim seniman menjadi finalisnya. Tim dari Cina merancang sebuah karya seni yang sangat indah. Mereka memadu-

---

[15]James Fadiman and Robert Frager, eds., *Essential Sufism* (San Francisco:HarperOne, 1999), 102.

[16]Abdul Qadir Al-Jilani, *The Secret of Secrets* (Cambridge, England:Islamic Texts Society, 1991), xlvii.

Segala sesuatu di dunia ini yang bisa berkarat pasti ada pemolesnya dan pemoles hati adalah zikir.

kan satu gambaran yang megah dengan detail yang sangat rumit. Tim kedua dari Yunani. Mereka menciptakan desain karya seni yang sederhana tetapi elegan.[17]

Kemudian kepada masing-masing kelompok itu diberikan satu dinding istana yang saling berhadapan untuk menggambarkan rancangan mereka. Para seniman Cina memenuhi dinding mereka dengan karya seni yang sangat megah dan rumit. Mereka terus meminta daun-daunan dari emas, batu-batu permata, dan pewarna-pewarna yang langka untuk menuntaskan karya mereka.

Sementara itu, para seniman Yunani bekerja lebih santai. Mereka memasang tirai yang menghalangi siapa pun melihat dinding mereka. Bukannya meminta permata dan zat pewarna yang mewah, mereka hanya meminta ampelas, batu apung, dan bahan-bahan pembersih lain.

Akhirnya, sang sultan pun datang untuk menilai karya seni kedua tim itu. Pertama, dia memperhatikan dinding yang memamerkan karya seni tim Cina. Mereka telah menciptakan mahakarya yang luar biasa indah. Seluruh dinding tampak begitu hidup dengan pemandangan yang berkilauan, lengkap dengan gambaran hewan-hewan, tumbuh-tumbuhan, air, dan juga pesona pegunungannya. Keindahan karya seni itu membuat siapa pun yang melihatnya terpesona. Sang sultan pun berujar, "Ini karya seni yang luar biasa indah. Aku tidak pernah melihat karya seni seindah ini."

---

[17]Dalam beberapa hal kisah ini mencerminkan kecintaan kaum muslim pada falsafah dan alam pikiran Yunani. Banyak cendekiawan muslim yang mempelajari filsafat Yunani dan sangat menyukai Aristoteles secara khusus, yang karya-karyanya diterjemahkan ke dalam bahasa Arab pada abad kesembilan.

Lalu tibalah giliran melihat karya seni tim dari Yunani. Mereka pun menurunkan tirai yang menutupi dinding. Ternyata, seniman Yunani tidak membuat apa-apa di dinding itu. Namun, mereka telah memoles dinding itu dengan sempurna sehingga memantulkan karya seni yang ada di depannya. Mungkin karena pengaruh cahaya dan karakter dasar dinding itu, pantulan karya seni yang terlihat di dinding tampak lebih indah daripada karya aslinya.

Kisah ini menggambarkan pentingnya memoles diri kita sendiri untuk menghilangkan debu dan kotoran yang melekatiya. Selama ini kita lebih suka *menambahkan* segala sesuatu—mengumpulkan sesuatu secara berlebihan, melakukan sesuatu secara berlebihan, memuaskan cat pada tembok secara berlebihan. Jelasnya, kita gemar menambah-nambah sesuatu yang sebenarnya sudah cukup. Para seniman Yunani dalam kisah di atas mengingatkan bahwa kita dapat berusaha keras membersihkan diri sehingga hati kita menjadi cermin yang sempurna dan murni. Tidak ada yang lebih indah daripada hati yang memantulkan Kehadiran Tuhan.

Pikiran yang telah menjadi cermin yang sempurna juga bisa diibaratkan danau yang amat tenang. Pantulan apa pun di atas danau itu tampak sempurna, tetapi jika kita melemparkan batu ke dalamnya, pantulan di permukaan danau itu akan rusak. Untuk menjadi cermin yang sempurna dibutuhkan ketenangan dan kedamaian batiniah.

Dapatkah hati kita menjadi begitu tenang? Dapatkah kita berada di dunia tanpa keterikatan pada agenda-agenda dan prasangka-prasangka? Dapatkah hati kita yang tenang memantulkan secara akurat apa pun yang ada di depan kita?

Sebuah pepatah tua mengatakan, "Seorang sufi adalah anak zamannya." Jika kita benar-benar hidup pada suatu momen, hati kita akan menjadi cermin yang sempurna. Namun, tidaklah mudah menjadi seperti itu tanpa pengharapan, hasrat, serta keterikatan pada kepercayaan dan pendapat kita sendiri.

Hubungan Hati

Jika hati kita bersih, niscaya kita dapat benar-benar memahami orang lain. Kita dapat mengembangkan hubungan hati dengan orang lain. Dalam tasawuf kita sering berbicara tentang *râbithah al-qalb*, hubungan hati, suatu elemen paling mendasar dalam hubungan antara mursyid dan darwis.

Hubungan hati berkembang dari cinta dan perhatian. Dalam sebuah komunitas sufi, kita mencari cara untuk mengembangkan hati yang welas asih, hati yang dapat berempati dengan hati dan perasaan orang lain. Hati kita biasanya teralihkan oleh pikiran-pikiran tentang masa lampau dan harapan-harapan akan masa datang. Hati kita penuh dengan segala hal yang kita inginkan; tidak ada ruang bagi kasih sayang atau bahkan cinta kepada Tuhan.

Kita dapat mengingat Tuhan sepanjang hari dengan menanamkan dalam pikiran bahwa Tuhan ada di hati setiap orang yang kita jumpai. Ketika kita menyadari hal itu maka berhubungan dengan orang lain tidak lagi menjadi pengalih perhatian dari mengingat Tuhan, tetapi bagian tak terpisahkan dari mengingat-Nya.

Cara ini semakin meneguhkan apa yang kita sebut melayani orang lain, mengasihi, dan menghormati mereka. Mursyid saya pernah berkata, "Hargai orang lain selalu. Jika kau bersama orang yang lebih tua, hormatilah karena ia punya lebih banyak waktu untuk berdoa. Dan hormatilah orang yang lebih muda darimu karena mereka tidak punya banyak waktu untuk berbuat dosa."

Dengan kata lain, kita harus selalu menganggap orang lain itu lebih baik daripada kita. Ini merupakan perilaku yang baik, tetapi tidak mudah dijalani. Kita cenderung melakukan yang sebaliknya. Nafsu kita bersikukuh bahwa kita lebih baik dari semua orang. Kita katakan pada diri sendiri, "Yeah, usia mereka tidak setua aku. Aku yakin mereka tidak secerdas atau sealim diriku." Atau, "Mereka lebih

tua dariku dan aku berani bertaruh, mereka pasti lebih banyak berbuat dosa." Ego kita terus bersikap seperti ini sepanjang waktu, setiap saat.

Hargai orang lain selalu. Jika kau bersama orang yang lebih tua, hormatilah karena ia punya lebih banyak waktu untuk berdoa. Dan hormatilah orang yang lebih muda darimu karena mereka tidak punya banyak waktu untuk berbuat dosa.

Ketika kita memutuskan menjadi seorang darwis maka kita harus mulai melayani orang lain, seraya ingat bahwa hati mereka merupakan cerminan Ilahi dan bahwa ada sepercik Tuhan dalam hati mereka. Jika kita mencintai dan menghormati orang lain, kita juga akan mampu belajar dari mereka.

Cinta kita kepada orang lain merupakan fondasi bagi cinta kita kepada Tuhan. Melihat Tuhan dalam diri orang lain dilakukan dengan cara terus memoles hati kita setiap saat seraya terus berzikir mengingat-Nya.

Jika sebuah layar TV menunjukkan satu gambar statis untuk beberapa waktu, gambar atau citra itu akan terbakar di layar. Kemudian, gambar itu menutupi semua gambar lain. Begitu pun jika kita dapat mempertahankan citra Tuhan dalam hati kita, niscaya citra tersebut akan bertahan dan menutupi semua gambaran lain.

Semakin dalam citra Tuhan tertanam dalam hati kita, semakin besar hati kita memantulkan cahaya Ilahi dari seluruh yang ada di sekeliling kita dan zikir kita pun menjadi semakin otomatis. Seorang sufi Turki mengatakan, "Pada awalnya kau melakukan *dzikrullâh*, kemudian *dzikrullâh* yang melakukan dirimu, dan akhirnya hanya ada *dzikrullâh*." Agar bisa mewujudkan relasi seperti itu maka kita harus menggunakan kehendak kita untuk mengingat Allah. Setelah itu, zikir kepada Allah akan berjalan dengan sendirinya. Zikir memiliki mekanisme dan daya hidupnya sendiri. Setelah itu, hati kita akan dipenuhi citra Tuhan. Jika selama beberaa waktu

hati kita hanya memantulkan Tuhan maka citra-Nya dalam hati kita akan semakin tegas. Akhirnya, cermin hati kita terus-terusan merefleksikan Tuhan dalam segala situasi dan kondisi.

Pelajaran Hati

Kata *mirror* (cermin) punya konotasi yang menarik dalam bahasa Inggris. *To mirror another* artinya menirukan orang lain. Kita bisa menirukan (*to mirorr*) gerakan, cara bicara, atau postur tubuh orang lain. Itu merupakan salah satu cara paling penting untuk belajar, yakni dengan mengamati dan mencontoh seseorang. Bagaimana seorang anak belajar berbahasa? Tentu saja dengan menirukan orangtua dan saudara-saudaranya bicara. Dalam tempo beberapa bulan setelah kelahiran, anak-anak mulai dapat mengoceh mengikuti bunyi ujaran orangtua mereka. Ocehan anak orang Prancis berbeda dengan ocehan anak orang Amerika, Arab, atau Jepang.[18]

Sangatlah penting untuk memilih dan memutuskan dengan hati-hati siapa yang pantas kita tiru. Kita perlu meniru apa yang paling baik yang ada di sekeliling kita. Kita perlu menemukan teladan yang memberi inspirasi. Inilah sebabnya mengapa sejak dulu para darwis lebih suka tinggal di pondok sufi dengan mursyid dan para darwis lain. Para darwis yang baru tinggal di sebuah lingkungan yang memungkinkan mereka saling meniru sifat-sifat baik pada diri orang lain di sekitar mereka. Mereka belajar nyaris secara otomatis dari orang-orang yang lebih tua. Kita punya tantangan yang lebih hebat dewasa ini karena kita tidak tinggal bersama lagi. Saat ini, sungguh sulit menemukan teladan yang benar-benar dapat memberi kita inspirasi dan pencerahan.

[18]Lihat Roger Brown, *Words and Things: An Introduction to Language* (New York: Simon and Schuster, 1958).

Idealnya, kita akan meniru sikap orang beriman pada diri orang lain, mengikuti mereka yang mengilhami perkembangn kita sebagai darwis maupun manusia. Sungguh mudah untuk melihat sekeliling kita dan mencela seorang darwis yang bersifat pemarah, pemalas, dan lain-lain. Akan lebih baik kalau kita lebih memusatkan perhatian pada sifat-sifat yang baik dalam diri orang lain, seperti keindahan suara seorang darwis saat berzikir, kesabarannya, dan sebagainya.

Hati kita merefleksikan apa yang kita lihat dan kita dengar serta bagaimana kita berpikir dan merasa. Penting untuk mempertimbangkan apa yang kita simpan dalam hati serta apa saja kebiasaan hati yang tengah kita kembangkan.

Kita bisa menaruh kayu bakar yang sangat kering di bawah terik matahari dan kayu itu tidak akan terbakar. Namun, jika kita gunakan cermin atau lensa untuk memfokuskan sinar matahari, pasti kayu bakar itu segera ludes dibakar api. Orang yang layak kita jadikan cermin dan kita teladani adalah mereka yang dapat membantu jiwa kita dibakar cahaya matahari, yang dapat memfokuskan Cahaya Tuhan dalam diri kita sehingga jiwa kita berubah menjadi lebih baik.

Lalu, bagaimana agar Cahaya Tuhan itu dapat mengubah kita? Setiap mukmin yang tulus dapat menjadi cermin yang membantu jiwa kita lebih hidup. Kita dapat mempelajari sesuatu secara melimpah dari orang yang ada di sekeliling kita, khususnya para darwis senior. Namun, sebenarnya semua orang pun, bukan hanya mursyid atau darwis senior, dapat mengajari kita karena Tuhan hadir pada hati setiap orang.

Ada satu berkah yang kita dapatkan jika kita mau belajar menghubungkan hati kita dengan orang lain. Kita dapat mengajukan pertanyaan pada diri sendiri, "Dapatkah aku mengubah cermin hatiku menjadi cermin yang dapat memantulkan orang lain, yang dapat berhubungan secara mendalam dengan orang lain?" Niat

seperti itu dapat mengubah kita menjadi pribadi yang lebih baik dan lebih bijak.

Berkah dalam Percakapan

Banyak percakapan yang kita lakukan dengan orang lain tidak memberi kita manfaat apa-apa. Sebagian besar orang nyaris tidak menyimak perkataan orang lain ketika mereka bicara. Sesungguhnya kita bisa membuat percakapan yang lebih bermakna dan lebih bermanfaat baik bagi diri kita maupun lawan bicara. Percakapan yang baik membutuhkan juga kemampuan mendengar dan menyimak yang baik. Tanpa itu, diam dan merenung akan lebih baik daripada percakapan tanpa makna.

Salah satu mahasiswa pascarsarjana saya yang berasal dari Jepang pernah mengomentari buruknya kualitas percakapan di Amerika Serikat. Ia berujar, "Di Jepang, kami tidak akan memotong kalimat orang lain. Setelah seseorang selesai bicara, sekurang-kurangnya kami mengambil napas beberapa saat sebelum bicara. Orang yang benar-benar sopan akan menunggu selama lima embus napas." Jeda macam itu memberi masing-masing pembicara perasaan bahwa kita benar-benar mendengarkan apa yang dibicarakannya. Ini memberi kita kesempatan untuk mendengarkan jauh lebih saksama.

Kita dapat belajar menyediakan waktu untuk mendengarkan. Kita juga bisa bertanya pada diri sendiri, "Adakah hubungan batin yang berlangsung di sini? Bagaimana hatiku dapat *merasakan* apa yang telah dikatakan? Dapatkah hatiku terhubung dengan hati orang lain?" Sering kali kepala kita dipenuhi pikiran kita sendiri tanpa pikiran sedikit pun untuk menyimak pendapat atau pembicaraan orang lain. Ketika ngobrol, kita hanya menunggu orang lain selesai bicara agar kita bisa segera mengungkapkan apa yang sedang

dipikirkan. Akibatnya, sama sekali tidak terjalin hubungan batin dalam obrolan semacam itu. Bahkan, sebenarnya tidak ada interaksi atau hubungan apa pun dalam obrolan semacam itu.

Percakapan palsu seperti itu adalah seperti dua orang yang melakukan monolog dan tampil bersama di atas panggung. Orang pertama terus bermonolog, sementara yang satunya lagi sibuk melatih dialognya sendiri. Akibatnya, kedua monolog itu nyaris tidak *nyambung*.

Seorang darwis sejati akan mendengarkan dan menyimak dengan hatinya. Sebab, banyak informasi terkandung bukan dalam ucapan, melainkan di balik kata-kata yang terucapkan. Jika kita mendengarkan dengan tulus dan penuh kasih sayang, percakapan yang kita lakukan akan menjadi jauh lebih dalam dan lebih bermakna.

Bahkan, di antara orang-orang yang sangat cerdas sekalipun jarang terjalin pecakapan yang bermakna. Saya sering berpikir tentang pasangan suami-istri yang datang berkonsultasi. Keduanya adalah CEO berbagai perusahaan yang mereka dirikan. Keduanya sangat cerdas, jenis orang sukses yang pernikahannya berjalan baik. Namun, selama berbulan-bulan mereka selalu mengulang-ulang argumen yang sama. Si istri ingin pergi ke Eropa di musim panas sementara si suami mencemaskan biaya perjalanan yang akan dikeluarkan. Keduanya benar-benar tidak saling mendengarkan. Si istri berkata tegas, "Aku sangat ingin pergi ke Eropa." Suaminya menukas, "Aku khawatir kita tak punya cukup uang untuk pergi ke sana."

Saya gunakan teknik komunikasi yang paling sederhana untuk mereka. Saya bilang, "Apa yang akan kita lakukan adalah memperlambat tempo. Saya ingin masing-masing kalian mengulangi apa yang tadi diucapkan."

Percakapan kembali dilangsungkan, dimulai si istri: "Dengarlah, aku benar-benar ingin pergi ke Eropa musim panas ini. Kita bisa

ambil cuti dan kukira kita bisa pergi ke Swedia dan mengunjungi kampung halamanmu. Akan baik bagi kita kalau kita berlibur. Aku juga mau ke Paris."

Saya berpaling kepada si suami, "Oke, sekarang ulangi apa yang telah istri Anda katakan."

Sang suami berkata, "Baiklah, kaubilang tadi, kau mau pergi ke Eropa dan kita bisa pergi ke kampung halamanku?" Meski sangat cerdas dan sukses, sang suami hanya ingat sedikit dari apa yang telah dikatakan istrinya.

Kemudian saya bertanya pada si istri, "Apakah dia sudah benar?"

Ia menjawab, "Tidak."

Saya bilang pada sang istri untuk mengulangi separuh dari apa yang telah dia katakan, kemudian sang suami dapat mengulangi ucapannya kembali satu per satu.

Kemudian saya berkata pada si suami, "Oke, sekarang apa yang hendak *Anda* katakan?"

Katanya, "Aku sangat mengkhawatirkan kondisi keuangan kita. Saat ini ada masalah finansial di perusahaanku dan kita tidak punya uang di bank sebanyak yang kita kira."

Butuh waktu agak beberapa lama bagi si istri untuk mengulangi perkataan suaminya. Saya terus membuat percakapan berlangsung, secara perlahan-lahan, sampai pada suatu titik si istri berseru, "Ah, jadi kau hanya mengkhawatirkan kondisi keuangan kita, *bukannya* tidak mau pergi ke Eropa?!"

Suaminya berujar, "Tidak. Aku tidak pernah bilang tidak mau pergi ke Eropa. Aku hanya bilang, aku khawatir uang kita tidak cukup untuk berlibur ke sana."

"Jadi, kau mau pergi ke Eropa?"

"Iya, aku mau pergi ke Eropa."

"*Beneran*, kau *mau* pergi ke Eropa?"

"Iya! Tapi aku khawatir soal biayanya."

"Aku juga sebenaranya khawatir soal biayanya, tapi aku juga tidak akan tinggal diam. Aku juga mau ikut bertanggung jawab."

"Kukira kau hanya ingin pergi ke Eropa tanpa peduli kondisi keuangan kita."

"Tidak. Aku tidak seperti itu."

Akhirnya si suami berkata, "Kau tahu, jika kita bisa menyisihkan 5.000 dolar di tabungan, mungkin takkan ada masalah."

"Oh, ya. Itu bisa kita lakukan. Kalau kita sama-sama menyisihkan 5.000 dolar, kita bisa berangkat?"

"Iya, tentu saja."

"Wow, itu hebat!"

Ini merupakan resolusi setelah enam bulan miskomunikasi. Kami memecahkannya hanya dalam tempo setengah jam. Untuk mencapai resolusi itu, yang saya lakukan hanya memperlambat percakapan mereka dan memastikan masing-masing benar-benar mendengarkan lawan bicaranya. Inilah yang saya maksud dengan sikap tidak peduli dan tidak sadar. Sebelum saya terlibat, keduanya benar-benar tidak saling mendengarkan. Padahal mereka adalah orang yang cerdas dan hidup bahagia untuk jangka waktu yang cukup lama. Kita sering mengalami kemandekan semacam ini.

Untuk berkomunikasi dengan baik, dibutuhkan kerja keras dan juga kesabaran. Salah satu elemen mendasar dalam komunikasi yang baik adalah bersikap sadar dan tidak membiarkan pikiran atau proyeksi kita menghalangi. Selain itu, jangan dibelenggu pikiran dan opini kita sendiri sehingga tidak mau mendengarkan apa yang diucapkan orang lain. Ini tidak berarti bahwa kita tidak boleh berpendapat. Tapi maksudnya, jangan terlalu bernafsu membuat opini dan kemudian memaksakannya kepada orang lain.

Tugas kita adalah menjadi sufi, muslim, dan manusia yang utuh. Itu tidaklah seeksotis kedengarannya. Artinya, menjalani percakapan yang normal dan komunikasi yang baik butuh kemauan dan kesungguhan. Hanya saja, saat ini sangat sulit kita melihat

atau mendapati percakapan yang baik dan bermakna. Percakapan yang sebenarnya, ketika kedua belah pihak hadir dan membentuk hubungan batin, sangat jarang terjadi.

Agar lebih sadar, kita perlu memperlambat segalanya, menjadi lebih awas, dan menghadirkan hati dalam setiap percakapan. Kepala maupun hati sama-sama memiliki kedudukan dan peran yang penting. Sebagian orang punya sifat sangat emosional. Mereka mudah terbawa emosi dan menyikapi segala sesuatu dengan emosi atau perasaan, dan kesulitan menanggapi sesuatu dengan kecerdasan yang jernih. Sebagian orang lain mungkin dapat turut serta dalam sebuah percakapan yang rumit, tetapi sulit memberi tanggapan secara emosional. Kita benar-benar membutuhkan keduanya, perasaan dan pikiran; kita butuh kepala *dan* hati.

Pelayanan Sepenuh Hati

Pepatah tua sufi mengatakan, "Seseorang yang menyajikan segelas teh dengan baik dapat melakukan segala hal." Maksudnya, jika kita terbiasa melayani seseorang dengan baik, bahkan untuk sesuatu yang sederhana seperti menuangkan teh, kita dapat menyelesaikan pekerjaan apa pun yang dibebankan kepada kita. Hal-hal yang paling sederhana dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi bagian disiplin spiritual jika kita bertindak dengan hati yang sadar dan terbuka.

Para guru sufi mengatakan, "Mendengarlah dengan telinga hati. Melihatlah dengan mata hati." Artinya, bekerjalah dengan hati, termasuk menyadari apa yang sedang terjadi dalam diri kita—pikiran, rencana, dan kekhawatiran—ketika kita bersama orang lain. Idealnya, kita dapat mengurangi pengalih perhatian batiniah ini dan menjadi lebih hadir, lebih empati, dan lebih terhubung dengan orang lain. Kebaikan dan kehadiran kita saat berinteraksi dengan

orang lain akan membantu kita saat berinteraksi dengan Tuhan; kita menjadi lebih hadir dan lebih ikhlas dalam doa dan zikir. Kita sedang membangun kebiasaan hati, kebiasaan perhatian yang membentuk dasar disiplin tasawuf.

Yang sekuler dan yang suci tidaklah terpisah. Tidak ada kehidupan sehari-hari yang terpisah dari kehidupan spiritual. Keduanya bersatu dan sama. Masing-masing dibangun di atas yang lain. Jika kehidupan sehari-hari kita tidak menjadi bagian integral dari praktik spiritual, niscaya pertumbuhan kita di jalan spiritual berlangsung sangat lambat. Kita berusaha lebih memperhatikan dan hadir ketika berinteraksi dengan orang lain sehingga kita pun lebih memperhatikan dan hadir untuk Tuhan. Jika kita tidak hadir untuk seorang teman atau orang yang kita kasihi, bagaimana kita bisa hadir ketika kita beribadah kepada Tuhan? Sesederhana itu.

Jika hati kita adalah cermin yang sempurna, kita akan mengetahui apa yang diinginkan orang lain sebelum mereka sendiri mengetahuinya. Kita akan mengetahui apa yang mereka butuhkan dan kemudian memberikannya—bukan sesudah mereka memintanya, tetapi bahkan sebelum mereka menyebutkannya. Itulah tujuan kita yang sebenarnya. Jika kita bisa lakukan hal itu, kita akan menjadi darwis sejati.

Dengan cara itu, seluruh kualitas kita di dunia, dan juga cara kita berinteraksi dengan orang lain, akan menjadi berbeda sepenuhnya. Semua orang akan berkata kepada kita, "Ada yang istimewa pada dirimu. Mengapa aku merasa berbeda ketika ada di dekatmu?" kemudian kita akan mengetahui bahwa jalan spiritual ini sudah berhasil kita lalui. Selain itu, banyak orang akan mendatangi pondok sufi kita dan menganggap diri kita sebagai teladan mereka. Secara ideal, itulah cara yang bisa kita lakukan untuk menempuh jalan spiritual.

Apa pengalaman hati kita? Apakah yang dimaksud dengan hati yang terbuka atau hati yang tertutup? Kemudian, pengalaman

Jika hati kita adalah cermin yang sempurna, kita akan mengetahui apa yang diinginkan orang lain sebelum mereka sendiri mengetahuinya. Kita akan mengetahui apa yang mereka butuhkan dan kemudian memberikannya—bukan sesudah mereka memintanya, tetapi bahkan sebelum mereka menyebutkannya. Itulah tujuan kita yang sebenarnya. Jika kita bisa lakukan hal itu, kita akan menjadi darwis sejati.

apa yang membuat hati terbuka atau tertutup? Kita harus memikirkan semua itu sendiri. Kata-kata bijak dari orang-orang yang kita kenal hanyalah petunjuk dan bimbingan yang menuntun kita untuk terus melakukan eksplorasi. Sheng Yen, seorang master Zen, mengatakan, "Mengajar itu bagaikan mengarahkan telunjuk ke arah bulan. Jangan samakan telunjuk dengan rembulan."[19]

Bagian berikut diambil dari sesi tanya-jawab yang sering berlangsung setelah atau dalam sesi sohbet. *Diskusi antara murid dan syekh memberi sudut pandang lain tentang dinamika ajaran-ajaran tasawuf.*

Tanya:

Baba,[20] saya telah berusaha melatih diri menjadi ikhlas dan tulus mencintai. Saya telah berusaha keras, tetapi ketika berada di luar kelompok sufi, bagaimana cara mengatasi energi negatif? Karena kadang-kadang saya merasa orang lain berpikir bahwa saya bodoh atau kadang-kadang saya merasa mereka

---

[19]Kutipan ini ditemukan pada semua literatur tentang Zen; lihat http://www.sacred-texts.com/bud/zen/shodoka.txt.

[20]*Baba*, yang secara harfiah berarti "ayah" dalam bahasa Arab, Turki, Persia, dan bahasa-bahasa lainnya, sering digunakan untuk menyebut seorang guru sufi atau sesepuh.

mengatakan tentang saya, "Apa yang salah dengan dirinya?" Bagaimana cara mengatasi keadaan seperti itu?

JAWAB:

Pertama, mari kita lihat bagaimana cara mengatasi orang yang mengatakan bahwa kau bodoh atau berbeda. Untuk menjawabnya, katakanlah dengan ringan, "Iya, Anda benar sekali. Jujur saja, saya tidak sepintar seperti yang saya kira. Iya, saya benar-benar berbeda. Terima kasih sudah mengingatkan saya." Kemudian, ungkapkan terima kasih yang tulus kepadanya karena ia telah menjadi musuh nafsumu. Para alim mengatakan bahwa pujian itu sama saja dengan memberi makan nafsu sementara celaan akan melemahkannya. Jadi, kita harus berterima kasih kepada orang yang mengkritik kita dan mencurigai orang yang memuji kita.

Menurut pepatah tua Arab, "Teman dari musuhku adalah musuhku dan musuh dari musuhku adalah temanku." Teman nafsu kita adalah orang yang memuji-muji kita, yang mengabaikan kesalahan kita, dan membuat kita semakin merasa bangga dan angkuh. Musuh nafsu kita adalah orang yang mengkritik kesalahan kita dan mencegah kita membusungkan dada.

Jika orang-orang mengatakan bahwa kita bodoh, mereka itu benar! Sebab, kita kerap mengucapkan dan melakukan sesuatu yang bodoh. Namun, nafsu kita menghipnotis agar berpikir bahwa mereka tidaklah bodoh, bahwa mereka tidak pernah membuat kesalahan. Kita menjadi sangat murka ketika ada orang yang berani mengatakan bahwa ada coreng di kening kita. Bukannya melihat cermin untuk memastikan bahwa benar ada coreng di kening, kita menyikapinya secara emosional.

Para mursyid sering mengatakan, "Orang-orang akan berpikir bahwa kita aneh ketika kita menapaki jalan spiritual." Kita harus mengambil sikap tidak peduli. Teman-teman lama

mungkin akan menganggap kita membosankan atau aneh karena kita tak lagi sepakat dengan mereka. Ini bagaikan seekor semut yang mendatangi sarang semut yang salah; semut-semut yang lain dapat "mencium" ada yang berbeda memasuki sarang mereka. Orang-orang akan berpikir kita aneh jika kita tidak lagi dirisaukan urusan uang, kenikmatan, atau ketenaran. Mungkin saja mulut mereka mencela, tetapi sebenarnya benak mereka berujar, "Aku ingin seperti dirimu, tetapi aku takut setengah mati untuk berubah."

Ketika orang lain mengkritik, kita dapat mencoba mendengarkan hati kita dan menahan amarah. Satu-satunya yang terganggu oleh kritik atau celaan adalah nafsu kita. Namun, berusaha agar ia tidak terganggu bukanlah langkah yang mudah untuk dilakukan. Hingga kini pun saya masih merasa terganggu ketika seseorang mengkritik atau mencela. Begitu juga semua orang lain.

Sesekali kita harus mengharapkan kritik atau bahkan kecemburuan. Lalu yang menjadi pertanyaan, bagaimana kita menyikapi kritik atau kecemburuan orang lain pada kita? Ini merupakan praktik yang menyenangkan sekaligus menuntut kita terus berusaha menyayangi orang lain ketika mereka bersikap kritis dan mencela kita. Itulah tantangan yang sebenarnya. Mampukah kita tetap membuka hati? Dapatkah tetap terhubung dengan orang yang mengkritik kita? Sungguh mudah merasakan adanya hubungan hati yang indah ketika orang lain bersikap baik. Namun, jauh lebih sulit dan berat jika orang lain bersikap buruk dan mencela kita. Menjadi ujian yang sesungguhnya jika mereka bersikap marah atau kritis.

Bagaimana kita bisa bersikap tulus jika kita menyukai orang lain hanya jika mereka tersenyum pada kita, tetapi menolak mereka ketika mengkritik kita? Apakah kita ikhlas

hanya sewaktu orang lain memberi senyuman dan pujian? Jika benar begitu, itu bukanlah cinta atau kepedulian yang tulus.

Jika kita dapat mengendalikan respons terhadap kritik orang lain, kita tengah beranjak meraih keberhasilan yang sebenarnya meskipun masih ada perasaan tidak suka atau tersinggung dengan kritikan mereka. Kita dapat mengatakan pada diri sendiri, "Yah, aku tidak sempurna kali ini. Aku berharap bisa meraih kesempurnaan, tetapi ego memerangkapku." Mengembangkan sikap menerima seperti itu sulit dilakukan. Teramat susah untuk menerima dan menahan diri ketika dikritik. Kita sangat ingin disayangi dan dipuja semua orang—atau sebenarnya, ego kita menghendaki demikian. Kita menganggap diri kita layak dihormati, dicintai, dan dipuja meskipun kita tak sempurna.

Tosun Efendi pernah berkata, "Orang yang tidak cerdas adalah yang selalu menyombongkan kepintaran mereka dan orang yang tidak cantik adalah yang mengira wajah mereka mirip bintang film." Seorang yang cerdas akan berkata, "Kau benar. Aku tidak secerdas yang kuinginkan, tetapi aku berusaha keras meningkatkan kecerdasanku." Atau, "Aku tahu sedikit tentang beberapa hal, tetapi ada lebih banyak yang tidak kuketahui." Orang yang cerdas bukanlah yang membanggakan kecerdasan mereka, tetapi yang mengakui kekurangan diri. Sebaliknya, orang yang sangat tidak cerdas akan marah jika ada orang yang mengatakan pada mereka, "Kau tidak begitu cerdas."

Setiap interaksi memberi kita kesempatan untuk memelihara hubungan yang tulus. Memiliki hati yang terbuka bukan berarti kita harus selalu bersetuju dengan segala yang dikatakan orang lain. Sangat mungkin kita tidak menyetujui orang lain dan kita bisa tetap mencintai sifat Ilahiah dalam diri mereka. Namun, kita langsung merasa jengkel ketika ada orang

yang tidak bersetuju dengan kita. Saat itu terjadi, gunakanlah kerendahan hati untuk mengingatkan diri bahwa kita bisa saja salah, bahwa kita sudah melakukan kesalahan di masa lalu dan sepertinya di masa depan akan lebih banyak kesalahan yang kita buat.

Kita harus melatih diri agar tetap sabar dan tidak memutuskan hubungan dengan orang lain meskipun mereka mengatakan hal-hal yang buruk tentang kita. Secara umum, ego kita berhadapan dengan ego mereka. Ancaman dan serangan yang ditujukan kepada kita akan berbalik membuat mereka jengkel jika kita bersikap sabar dan menerima. Mereka jengkel karena mereka sendiri tidak bisa bersikap seperti itu.

Kita dapat mengajukan pertanyaan pada diri sendiri, "Bisakah aku menjaga kesabaran hati dan tidak menutupnya atau berpaling dari orang lain?" jika kita terus memalingkan hati dari orang lain maka hati kita jadi semakin tertutup.

Disiplin tasawuf sebenarnya didasarkan atas hal-hal yang sederhana dan fundamental seperti ini. Sebuah pepatah sufi mengatakan, "Darwis adalah anak sang waktu." Salah satu praktik penting untuk menerapkan konsep itu adalah hadir pada setiap saat dengan hati yang terbuka.

Tanya:

Saya punya kawan dekat yang perasaannya sedang susah dan saya terus berjuang melawan kecenderungan untuk mendekatinya karena saya merasa kawan perempuan saya itu sedang mencari perhatian yang negatif. Di satu sisi saya sangat ingin hadir untuknya, tetapi di sisi lain saya juga ingin membatasi dan tidak ingin terlalu dekat dengannya. Saya sulit memutuskan bagaimana mengatasi masalah ini dengan baik.

Jawab:

Sungguh sulit untuk hadir bersama orang yang menginginkan perhatian negatif. Mungkin mereka melakukannya karena tidak pernah mendapatkan perhatian positif sewaktu mereka masih kecil sehingga hanya perilaku itulah yang mereka ketahui. Tapi, tidak menjadi masalah apa pun yang menjadi penyebabnya. Menginginkan perhatian negatif merupakan kebiasaan. Itu telah menjadi bagian kepribadian mereka. Karenanya, keinginanmu untuk membuat beberapa batasan dalam hubunganmu dengannya merupakan pikiran yang bagus. Engkau tetap ingin membantu mereka, tetapi juga tidak mau membesarkan ego atau nafsu mereka.

Sebagian orangtua memanjakan anak-anak mereka dan gagal menetapkan batasan-batasan dalam hidup mereka. Para guru memiliki peran dan tanggung jawab penting untuk menangani anak-anak malang ini. Anak-anak ini tidak tahu batas; mereka juga hanya punya sedikit kehendak karena segalanya telah dilakukan untuk mereka. Sungguh penting untuk menetapkan batasan dengan cara yang lembut dan penuh kasih. Cara ini bisa dilakukan bagi orang dewasa maupun anak-anak.

Ketika menghadapi suatu relasi atau interaksi yang bermasalah, ada baiknya kita selalu mengingat Tuhan. Kita mesti berupaya menjaga citra Tuhan dalam hati kita disertai keyakinan bahwa Tuhan akan selalu membimbing kita. Ketika seseorang merasa terbantu atau tertolong, kita mesti ingat, sesungguhnya Tuhanlah yang menolongnya, bukan kita, karena kita hanyalah perangkat Tuhan untuk menjalankan kehendak-Nya. Tuhanlah yang menunjukkan kebenaran pada kita karena Tuhan *adalah* Kebenaran.

Sebaliknya, nafsu dalam diri kita akan mengatakan bahwa kita dapat melakukan segala sesuatu secara mandiri. Nafsu

kita mengatakan, "Biar kukatakan kepadamu, ucapanku ini benar, dan aku dapat menyembuhkanmu!" Atau, "Aku akan melakukan hal yang benar; aku akan menunjukkan kebenaran kepadamu." Ada banyak *aku* dalam kedua kalimat itu. Akan lebih baik jika kita mengatakan, "Aku benar-benar tidak tahu" dan kemudian menyerah pada Kebenaran. Kita semua bisa melatih diri untuk mengatakan pada diri sendiri, "Ya Allah, aku benar-benar bodoh. Bimbinglah aku dalam percakapan ini karena aku tidak tahu apa yang harus kukatakan."

Kita dapat menjadi perangkat Tuhan yang lebih baik jika kita merendahkan diri dan menghadirkan hati kita dalam setiap kesempatan. Jika kita merendahkan diri dan bersikap hati-hati maka setiap kata yang terucap akan bersumber dari hati, bukan nafsu. Tanpa sikap seperti itu, kata-kata biasanya keluar langsung dari pikiran. Butuh lebih banyak kesabaran dan kesadaran untuk bicara dari hati.

Agar bisa mendapatkan percakapan yang baik dan sempurna, kita harus menghadirkan hati dan selalu terhubung dengan hati orang lain atau lawan bicara. Salah satu cara yang dapat ditempuh adalah selalu ingat bahwa semua hati manusia mencerminkan Kebenaran Tuhan. Hati bukan hanya instrumen komunikasi antarpersonal. Hati juga menjadi tolok ukur keberhasilan relasi atau suatu komunikasi. Kita harus terus berusaha mencari cara untuk membangun hubungan yang baik dan memohon kepada Allah untuk membimbing setiap tuturan yang kita sampaikan. Salah seorang guru saya pernah memberikan nasihat, "Bersandarlah kepada Tuhan." Artinya, bersandarlah pada yang Mahatunggal yang jauh lebih besar dari diri kita. Jangan hanya mengandalkan otak dan ego. Inilah zikir yang dilakukan setiap hari: senantiasa ingat Allah dalam kehidupan sehari-hari.

Ingat Allah bukan sekadar menggerakkan biji-biji tasbih dan secara mekanis melafalkan kata-kata dalam bahasa Arab. Seberapa banyak pengaruh yang didapatkan dengan berzikir seperti itu? Mengingat Allah yang kita bicarakan di sini meliputi bentuk zikir yang sangat mendalam, bukan hanya pelafalan nama-nama Tuhan. Kita berusaha terus mengingat Allah dan terikat pada ingatan itu dalam kehidupan sehari-hari. Ketika seseorang bicara tentang zikir tanpa jeda, berarti bukan menyebut nama-nama Tuhan sepanjang hari. Maknanya adalah bersandar pada Tuhan dan membiarkan Tuhan bicara dan bertindak melalui kita. Kita semua dapat belajar membiarkan Kebenaran dan Kebijaksanaan Tuhan bekerja melalui diri kita.

Ini merupakan perjuangan jangka panjang. Kita akan terus berusaha dan gagal, tetapi semua keberhasilan diraih melalui uji dan galat (*trial and error*). Ketika kita membuat kesalahan, penting untuk memaafkan diri sendiri dan terus mencoba. Salah satu tipuan hebat yang dilancarkan nafsu adalah dengan mengatakan, "Oh, aku melakukannya dengan buruk. Aku sungguh buruk. Mungkin sebaiknya aku menyerah saja." Celaan terhadap diri sendiri seperti ini menghentikan langkah kita untuk berkembang. Lebih baik katakanlah, "Oh, aku melakukannya dengan buruk. Tuhan, tolonglah aku agar aku bisa melakukannya lebih baik di masa datang." Dengan menyadari bahwa kita melakukan sesuatu secara buruk, kita menjadi lebih sadar dengan apa yang kita lakukan. Jika kita mengulangi kesalahan serupa, kita bisa mengatakan pada diri sendiri, "Oh, itu kebiasaan yang ingin kuubah. Aku harus benar-benar berusaha," bukannya, "Aku sungguh buruk. Aku tidak akan pernah berubah!"

Kita semua memiliki kebiasaan buruk. Sekadar menyadari bahwa kebiasaan kita itu buruk tidak akan mengubahnya menjadi baik. Dibutuhkan waktu dan usaha untuk mengubah

Ingat Allah bukan sekadar menggerakkan biji-biji tasbih dan secara mekanis melafalkan kata-kata dalam bahasa Arab. Maknanya adalah bersandar pada Tuhan dan membiarkan Tuhan bicara dan bertindak melalui kita. Kita semua dapat belajar membiarkan Kebenaran dan Kebijaksanaan Tuhan bekerja melalui diri kita.

kebiasaan. Salah satu langkah penting yang mesti dilakukan untuk mengubahnya adalah bersabar dengan diri sendiri. Dalam bahasa Arab, kata *shabr* memiliki dua konotasi penting, yaitu kesabaran dan ketekunan. Jelasnya, orang yang sabar akan bersikap tenang ketika situasi yang dihadapi berkembang buruk atau tak sesuai harapan. Selain itu, ia juga akan terus berusaha, bersikap teguh, kukuh, atau istikamah ketika upaya yang dilakukan mengalami kemajuan yang lamban.

TANYA:

Baba, bagaimana menyikapi seorang atasan yang memiliki kuasa atas diri saya dalam urusan pekerjaan? Saya merasa kesulitan menghadapinya. Saya ingin nasihat *Baba* berkaitan dengan masalah ini.

JAWAB:

Kebanyakan kita beranggapan, akan sangat menarik dan menantang jika bisa menjalin hubungan dengan seseorang yang jabatan dan wewenangnya di atas kita. Menghadapi orang yang berkuasa seperti itu, sungguh penting untuk menyadari seberapa banyak kita dapat memproyeksikan mereka. Mulailah dengan mengatakan, "Aku belum mengenal siapa sesungguhnya orang ini. Aku melihat ayah atau ibuku pada dirinya, atau seorang guru atau bos yang sudah sepuh." Penyikapan semacam itu akan membantu. Kita perlu memperhatikan dan mengenali

seseorang secara akurat agar bisa menjalin hubungan baik dengannya.

Sering kali, ketika berhubungan dengan orang semacam itu, kita ingin dikesani sebagai orang yang baik. Kita mungkin berkata pada diri kita, "Aku ingin hubungan yang baik dengan orang ini. Aku ingin jujur kepadanya. Aku akan mengakui kesalahan-kesalahanku. Sepertinya, aku harus mengungkapkan kritik yang mungkin tidak mau ia dengar. Aku ingin memiliki hubungan yang jujur dengan orang ini, bukan sekadar terlihat baik." Kita bisa mencoba lebih jujur pada orang yang punya jabatan dan wewenang di atas kita dan mengambil kembali beberapa proyeksi kita—untuk mengatasi rasa butuh kita untuk tampil sebagai orang baik di hadapan sosok yang berkuasa. Memang ini langkah yang sangat berat, tetapi upaya ini layak dicoba karena akan memberi kita manfaat yang besar.

Mungkin kita bisa mengurangi rasa tertekan ketika berhubungan dengan orang yang berkuasa jika kita menyadari bahwa hubungan itu hanyalah sementara. Tidak ada satu pun hubungan yang abadi. Suatu saat, semuanya akan berakhir. Hubungan kita dengan siapa pun, termasuk dengan orang yang berkuasa tidak akan bisa dilepaskan dari hubungan kita dengan Tuhan, yang jauh lebih berkuasa, Sang Mahakuasa yang kekuasaan-Nya jauh melampaui semua manusia yang berkuasa.

Membuka Hati

Hati adalah tempat suci yang dibangun Tuhan untuk menjadi rumah bagi percik Ilahi dalam dalam diri kita. Dalam sebuah ungkapan yang amat disukai guru saya, Tuhan menyatakan, "Aku, yang tak dapat ditampung seluruh langit dan bumi, dapat muat dalam hati mukmin yang ihklas." Tuan guru saya menjelaskan bahwa hati kita

lebih berharga daripada tempat-tempat suci dan tempat-tempat ibadah di dunia. Tempat ibadah yang fisikal dibangun para nabi dan para wali, tetapi tempat ibadah dalam hati dibangun Tuhan untuk menjadi rumah-Nya.

Banyak dari kita yang mengabaikan tempat ibadah dalam hati. Selama ini kita juga membiarkan banyak berhala tumbuh dalam hati; segala yang fana di dunia ini kita jadikan tuhan dan kita sembah. Kita menyembah kesuksesan, ketenaran, uang, dan kekuasaan yang semuanya bersifat duniawi. Banyak dari kita yang meluangkan lebih banyak waktu untuk mengejar tujuan-tujuan dunia, bukannya mencari Tuhan atau mencoba memperbaiki diri. Kita melupakan makna kalimat suci *lâ ilâha illa Allâh* yakni "tiada yang layak disembah kecuali Allah". Tasawuf mengajarkan kepada kita untuk menyucikan hati dan membersihkannya dari segala bentuk berhala yang selama ini kita simpan dan kita puja. Dengan begitu, hati kita layak menjadi tempat bersemayamnya Tuhan Yang Mahakuasa, Mahasuci; hati kita menjadi tempat suci yang mampu menampung Kehadiran Tuhan.

Saat pertama kali bertemu Muzaffer Efendi, ia mengatakan bahwa tujuan tasawuf adalah mengajari hati untuk berdoa. Relatif mudah untuk mempelajari doa secara lahiriah. Kita hanya perlu menghafal lafal doa dan berusaha memahami maknanya. Namun, mengajari hati untuk berdoa jauh lebih sulit. Apa yang lahiriah selalu lebih mudah ketimbang yang batiniah. Misalnya, tidak sulit membersihkan anggota tubuh dengan mandi, lalu mengenakan pakaian yang bersih. Namun, sangat sulit untuk membersihkan organ tubuh yang ada di dalam. Hati kita hanya dapat dibersihkan dengan terus melakukan ibadah secara ikhlas, melayani penuh cinta, dan senantiasa ingat Tuhan.

Hati merupakan penghubung antara pengaruh-pengaruh dunia luar dan pengaruh-pengaruh ruhani dalam diri. Kesombongan, keserakahan, dan kebiasaan buruk lainnya mengobarkan api

dan asap yang menutupi kita dan menyembunyikan cahaya spiritual hati kita. Semakin banyak kita menyerap cahaya batin, kita semakin mampu melihat dengan lebih jelas kecenderungan negatif diri kita sendiri. Dan, pada saat yang sama, kecenderungan positif dan potensi ruhani kita semakin kuat.

Tuhan menyatakan, "Aku, yang tak dapat ditampung seluruh langit dan bumi, dapat muat dalam hati mukmin yang ihklas."

Kebutuhan terhadap Ibadah

Salah satu unsur penting pengetahuan adalah praktik, penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan dikembangkan dan diteguhkan oleh pengalaman, amal nyata. Safer Efendi pernah berkata, dengan segala kerendahan hati, "Aku tidak tahu banyak tentang tasawuf, tetapi aku menyukai apa yang kupelajari dan aku telah mengamalkannya selama lebih dari 40 tahun." Ini merupakan ungkapan seorang sufi sejati, syekh atau guru sejati. Tasawuf adalah ajaran yang hidup, bukan hanya pengetahuan teoretik. Sedikit pengetahuan yang diamalkan akan melahirkan lebih banyak manfaat dan kebijaksanaan dibanding banyak pengetahuan tanpa amal. Banyak buku teori dan pembelajaran tanpa praktik dan pengamalan hanya akan melahirkan kepintaran, tanpa kebijaksanaan.

Di Timur Tengah banyak kisah tentang Nasruddin, seorang sufi yang mengajar dengan humor. Dalam kisah berikut Nasruddin secara jelas membedakan antara pengetahuan pikiran yang abstrak dengan pengetahuan hati yang dialami.

Nasruddin sedang bertugas sebagai hakim ketika seorang wanita datang bersama putranya. Ia mengeluhkan putranya yang sangat gemar makan permen. Ia meminta Nasruddin mengatakan kepada

putranya untuk berhenti makan permen, selamanya. Nasruddin meminta wanita itu agar kembali lagi menemuinya empat minggu kemudian. Tepat setelah satu bulan, wanita itu datang lagi bersama putranya. Saat mereka tiba, Nasruddin hanya berkata, "Nak, aku perintahkan kamu untuk berhenti makan permen!"

Sang ibu bertanya, "Kenapa engkau membuat kami menunggu selama empat minggu? Bukankah kau bisa mengatakan itu kepada putraku ketika pertama kali kami menemuimu?"

Nasruddin menjawab, "Tidak, aku tidak mungkin mengatakannya pada putramu dua minggu yang lalu."

"Kenapa tidak?" tanya sang bunda.

"Agar kau tahu, aku sendiri suka makan permen. Pertama-tama aku harus mengendalikan kegemaranku pada permen baru kemudian bisa meminta putramu untuk berhenti makan permen."[21]

Pengetahuan kita tidak utuh kecuali kita bertindak berdasarkan apa yang kita ketahui. Muzaffer Efendi mengajarkan bahwa setiap tindakan memengaruhi hati. Tutur kata atau tindakan yang halus dapat membantu melembutkan dan membuka hati kita, sementara ucapan atau tindakan kasar akan mengeraskan dan menutup hati. Muzaffer Efendi menambahkan bahwa tindakan kita juga memengaruhi dunia sekitar kita. Menurutnya, setiap tutur kata yang halus menyebabkan sekuntum mawar mekar, sementara ucapan yang kasar memicu tumbuhnya duri. Saat hati kita mulai terbuka, kita dibimbing kebijaksanaan dan intuisi batiniah.

Saat hati kita mulai terbuka, kita memiliki akses yang lebih besar pada kebijaksanaan. Kemudian, kita perlu bertindak berdasarkan kebijaksanaan dan wawasan batiniah. Tindakan lahiriah kita seharusnya sesuai dengan proses batiniah pembukaan hati dan untuk mencapai kesesuaian itu dibutuhkan perjuangan. Meskipun

---

[21]Kisah ini dinukil dari Robert Frager, *Heart, Self and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony* (Wheaton, IL: Quest Books, 1999).

kita tahu bagaimana seharusnya berperilaku, kadang-kadang kita masih dipengaruhi kebiasaan dan kecenderungan lama.

Jika kita senantiasa menyadari bahwa hati dalah tempat suci Ilahiah, kita akan berubah. Kita akan ingat hawa kita bukanlah makhluk duniawi yang mencari spiritualitas, melainkan makhluk spiritual yang mencari cara untuk menemukan kembali sifat-sifat sejati kita. Jika kita selalu menyadari bahwa hati setiap manusia adalah tempat suci ilahiah maka kita dapat berperilaku dengan cinta dan kepedulian yang jauh lebih besar. Ini merupakan dasar penting untuk melayani dan memberi manfaat kepada sesama. Ketika melayani orang lain, kita sebenarnya sedang melayani sang Ilahi dalam diri mereka. Jika kita ingat bahwa hati manusia adalah tempat yang suci, kita akan memperlakukan mereka penuh kasih sayang dan perhatian. Menghormati hati pada setiap orang merupakan disiplin spiritual, dan juga sebuah tantangan yang diperlukan untuk berubah.

Tasawuf memberi kita konteks spiritual yang di dalamnya kita bisa terhubung dengan orang lain; konteks yang didasarkan atas keyakinan fundamental bahwa Tuhan ada dalam diri setiap manusia. Kita dapat melihat kesalahan kita sendiri dan orang lain dalam cahaya ini. Sebagian orang bersifat pelit; sebagian lain tidak menepati janji; sebagian lagi cepat marah. Namun, sifat-sifat seperti itu tidak mengungkapkan siapa diri kita *sebenarnya*. Kita semua memiliki kebiasaan yang baik maupun yang buruk, tetapi itu bukanlah kekurangan kita. Kebiasaan bersifat sementara; yang nyata dan abadi adalah sifat Ilahi dalam diri kita masing-masing. Kebenaran adalah apa pun yang membantu kita menjadi lebih dekat kepada Tuhan, apa pun yang membuat sifat Ilahiah dalam diri kita mencuat keluar.

Apa pun yang menghalangi kita untuk mendekati Tuhan bukanlah kebenaran. Dari sudut pandang ini, ungkapan populer tentang "berbagi" dan menceritakan kepada orang lain semua

pikiran dan perasaan kita yang buruk tak ada benarnya sama sekali. Jika kita fokus pada keburukan orang lain, kita membuat keburukan itu jadi lebih nyata. Ini akan memengaruhi diri kita dan juga orang yang kita kritik. Sikap ini akan menutup hati kita. Namun, jika kita melihat keindahan dalam diri orang lain, berarti kita memberi pelayanan kepadanya, dan juga pada diri kita sendiri. Misalnya, jika orang lain memiliki perangai buruk dan kita membicarakan perangainya yang mungkin bisa menyakiti orang lain, sebenarnya kita menyakiti mereka dan juga menyakiti diri sendiri. Selalu memperhatikan keburukan orang lain akan menyakiti orang tersebut karena sikap seperti itu memperkuat kecenderungan buruk dalam dirinya. Dan, ketika kita memperhatikan keburukan atau kecenderungan negatif orang lain, sesungguhnya kita juga memperkuat kecenderungan negatif diri kita sendiri.

Tabiat seseorang bisa jadi merupakan fakta, tetapi tabiatnya itu tidak menggambarkan siapa sesungguhnya dia. Kebenarannya, setiap orang adalah sebuah jiwa. Ancaman negatif terhadap kepribadian dapat diubah menjadi pendorong kemajuan, dan kebenaran yang fundamental adalah kerinduan kita untuk bersatu dengan ketakterbatasan.

Sebagai penempuh jalan spiritual kita harus berusaha tidak membiarkan ego kita dijengkelkan ego orang lain. Kita telah cukup sering membiarkan itu terjadi di masa lalu. Tasawuf mengajarkan kita untuk mengubah bagaimana melihat diri sendiri dan orang lain. Pertama-tama kita harus melihat sifat-sifat Ilahi dalam diri kita. Kita tidak akan bisa melihat sifat-sifat Tuhan dalam diri orang lain jika kita tidak bisa melihat dan menyadari bahwa kita sendiri memiliki sifat-sifat Tuhan dalam hati kita.

Latihan Membuka Hati

Semakin kita sadar akan pusat hati kita, semakin hati kita terbuka dan berenergi. Ketika melakukan aktivitas sehari-hari, biasakanlah menebarkan salam dan kasih sayang kepada setiap orang yang kita jumpai. Selain itu, bukalah hati kita untuk semua orang.

Seorang guru saya mengajarkan bahwa semestinya kita menganggap hati kita sebagai matahari kecil yang memancarkan sinarnya kepada semua orang. Kita dapat menebarkan rahmat pada pepohonan, rerumputan, dan semua orang yang kita temui. Saat kepala dan mulut kita sibuk bercakap-cakap, kita dapat membiarkan cahaya hati kita menyentuh dan memberikan kehangatan kepada hati setiap orang. Dengan begitu, seakan-akan ada interaksi antara dua hati di balik percakapan yang sesungguhnya.

Matahari hati kita dapat menyentuh matahari hati orang lain yang kita sukai. Tidak peduli seperti apa kepribadian seseorang, hati kita semua sama. Hati semua manusia merindukan pancaran Cahaya Ilahi.

5

Membaca Kitab-kitab Tuhan

Kitab suci apakah yang pertama kali diturunkan Tuhan untuk kita? Apa kitab yang diturunkan sebelum Taurat, Zabur, Injil, dan Al-Quran? Para guru sufi saya mengatakan bahwa kitab yang pertama adalah Penciptaan yang mengandung tanda-tanda Tuhan dan bimbingan Ilahiah. Al-Quran Alkarim mengandung ajaran-ajaran ruhani yang berasal dari semesta penciptaan.

Kitab kedua terletak dalam hati kita. Tuhan mengembuskan "napas ilahiah" kepada Nabi Adam a.s. dan Siti Hawa, yaitu sepercik sifat Ilahi yang telah diberikan pada seluruh manusia dan jiwa Ilahi ini ditampung dalam pusat hati kita. Ia adalah sumber kebijaksanaan ilahiah dalam diri kita semua.

Muzaffer Efendi pernah berkata, "Tuhan telah menaruh kitab Ilahiah dalam hati kalian. Bacalah kitabmu itu. Lihatlah ke dalamnya secara saksama untuk memahami sifat batiniah kalian." Ungkapannya ini seakan-akan memaknai hadis Nabi saw., "Dia yang mengenal dirinya pasti mengenal Tuhannya."

Setelah kedua kitab itu, datanglah kitab-kitab suci yang diturunkan untuk semua agama. Kitab suci terakhir adalah Al-

Quran Alkarim, yang disebut juga "Kitabullah" dan "Induk Segala Kitab". Selain membaca kitab-kitab suci, penting juga untuk membaca dua kitab yang pertama, yaitu Penciptaan dan sifat batiniah yang ada dalam diri kita.

Sangat penting bagi perkembangan spiritual untuk sesekali menghabiskan waktu di alam terbuka, merenungi keindahan semesta penciptaan, dan membuka hati kita akan keagungan Tuhan. Kita tidak akan bisa selesai memahami makna keberadaan sebatang pohon, apalagi hutan yang luas. Alam adalah sumber inspirasi dan makanan tanpa batas. Namun, sekadar pergi keluar dan berjalan di sekeliling tidaklah cukup. Kita harus mengamati secara lebih mendalam untuk membaca Kitab Penciptaan.

Menghabiskan waktu dengan merenungi semesta penciptaan tujuannya adalah untuk merasakan kehadiran dan keindahan Tuhan dalam ciptaan-Nya, sebagaimana diungkapkan Allah Swt. dalam Al-Quran: "*Ke mana pun kau berpaling, di sana kau akan melihat Wajah-Ku.*"

Saya teringat kisah tentang Brother Lawrence, seorang mistikus Kristen.[22] Semasa muda, ia pernah jadi prajurit. Setelah terluka dalam sebuah pertempuran, Lawrence meninggalkan militer dan pulang menuju rumahnya pada suatu musim dingin. Dalam perjalanan, ia melihat sebatang pohon yang kering meranggas. Seketika muncul kesadaran dalam dirinya bahwa ada kehidupan tersembunyi di balik pohon itu yang tengah menunggu kuasa Tuhan untuk menumbuhkan dedaunannya di musim semi. Ia berkata pada dirinya sendiri, "Jika Tuhan dapat membuat pohon yang meranggas kembali hidup, tentu Dia juga mampu menghidupkanku kembali." Alih-alih meneruskan perjalanan pulang ke rumah, Lawrence memutuskan masuk biara.

---

[22]Lihat Brother Lawrence, *The Practice of the Presence of God with Spiritual Maxims* (Grand Rapids, MI: Spire, 1967).

Brother Lawrence tidak punya seorang pun guru spiritual. Tuhan langsung membimbing dirinya karena ia punya kapasitas untuk melihat dan mendengar. Melihat sebatang pohon dan menyadari keajaiban kelahiran kembali di musim semi cukup untuk mengubah hidup dan kesadarannya.

Karena tidak berpendidikan, Lawrence hanya bisa menjadi biarawan rendahan. Dia bekerja sepanjang hari mencuci piring di dapur. Para rahib belajar, berdoa, dan bernyanyi sepanjang hari sedangkan ia bekerja keras di dapur. Meski demikian—atau mungkin karena kondisi itu—Brother Lawrence selalu mengamalkan laku spiritual penting, yakni mengingat dan menyadari kehadiran Tuhan di seluruh waktunya. Pada akhirnya, ia menemukan Tuhan bersama dirinya sepanjang waktu, baik saat ia berdoa di kapel atau pun ketika mencuci piring.

Laiknya Broher Lawrence, hidup kita pun bisa berubah sepenuhnya dengan melihat tanda-tanda Tuhan yang ada di semesta ini atau dengan mendengar satu ayat dari kitab-kitab suci-Nya. Kita juga dapat mengamalkan laku spiritual yang dilakukan Brother Lawrence, yaitu membiasakan diri ingat Tuhan setiap saat, dalam kondisi apa pun. Pada awalnya kita selalu lupa, tetapi pelan-pelan kita dapat membiasakan diri untuk terus mengingat-Nya.

Allah menjadikan manusia sebagai khalifah-Nya di muka bumi karena ada elemen ilahiah dalam jiwanya:

> *Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat, "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan khalifah di muka bumi." Mereka berkata, "Mengapa Kau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih memuji-Mu dan menyucikan-Mu?" Tuhan berfirman, "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kalian ketahui."*[23]

[23]QS al-Baqarah (2): 30.

Setelah menjadikan manusia sebagai khalifah-Nya di muka bumi, Allah mengajarinya Nama-Nama Ilahi. Maksudnya, Allah mengajarkan kepada Adam hakikat segala sesuatu. Sebagai hasilnya, setiap manusia punya kapasitas untuk mengetahui kebenaran yang lahir dan yang batin dalam penciptaan. Para malaikat tidak mengetahui Nama-Nama itu dan Allah memerintahkan mereka bersujud kepada Adam untuk menghormati dirinya sebagai guru mereka karena ia mengetahui apa yang tidak mereka ketahui.

Istilah khalifah secara harfiah bermakna "wakil" atau orang yang berkuasa di satu tempat mewakili orang lain. Artinya, sebagai khalifah, manusia diberi wewenang untuk melayani dan mengelola makhluk Allah, bukan karena ia memiliki hak atas seluruh makhluk, melainkan karena kedudukannya sebagai wakil Tuhan. Kedudukanya seperti seorang duta besar atau jenderal yang tidak punya kuasa penuh, tetapi mewakili penguasa yang mengutusnya. Kedudukan itu memberi mereka kekuasaan karena mereka bertindak atas nama negara, bukan atas nama pribadi. Seorang duta besar menikmati kedudukannya yang hebat sebagai perwakilan negaranya, tetapi hanya sebagai duta besar, bukan sebagai pribadi. Seorang jenderal memiliki kekuasaan militer yang sangat kuat, tetapi hanya dalam urusan militer. Sebagai khalifah Allah, kita punya kekuasaan dan tanggung jawab yang besar, tetapi semestinya kita bertindak hanya atas nama Tuhan.

Setiap surah dalam Al-Quran, kecuali satu surah, diawali dengan frasa *Bismillâhirrahmânirrahîm*, "Dengan Nama Allah yang Maha Pengasih, Maha Penyayang."[24] Karenanya, kita harus selalu ingat untuk bertindak atas nama Allah, karena diri kita sendiri tidak memiliki kekuasaan untuk bertindak. Ucapan seorang duta besar

[24]Satu-satunya surah yang tidak diawali dengan *Bismillâhirrahmânirrahîm* adalah Surah al-Taubah. Para ahli tafsir menjelaskan bahwa ini karena Surah al-Taubah sebenarnya bukan satu surah yang terpisah, tetapi lanjutan dari surah sebelumnya.

dapat lebih bermakna jika ia mengatakan, "Atas nama negeri saya ..." Namun, ucapannya menjadi kehilangan makna jika ia mengatakan, "Atas nama diri saya sendiri, Jane Smith ..." hanya sedikit orang yang peduli terhadap apa yang akan dikatakan Jane Smith sebagai pribadi, tetapi sewaktu dia bicara sebagai duta besar, kata-katanya akan lebih bermakna dan orang lain lebih memperhatikan.

Dulu pernah ada seorang istri yang sangat saleh dan selalu ingat untuk bertindak atas nama Allah. Sebelum melakukan apa pun, dia selalu mengucap basmalah. Ketika menyiapkan makanan untuk keluarga, ia membaca basmalah. Saat menyajikan makanan, ia melafalkan basmalah. Begitu pun saat meninggalkan rumah untuk belanja atau mengunjungi kerabat dan sahabat, dari bibirnya meluncur ucapan: *bismillâhirrahmânirrahîm.*

Hanya saja, suaminya jadi sangat bosan mendengar ucapan istrinya itu. Memang, ketika seseorang jatuh cinta pada dunia dengan segala kenikmatannya, ia tidak ingin diingatkan bahwa Tuhan adalah satu-satunya Kebenaran, satu-satunya yang nyata. Seperti itulah yang dialami si suami sehingga ia berkata pada dirinya sendiri, "Aku harus menyembuhkan istriku dari kebiasaan bodohnya yang mengganggu itu. Bukan saja mengganggu, tetapi kebiasaannya itu benar-benar primitif dan takhayul."

Suatu hari, si suami menyerahkan sekantung uang kepada istrinya sambil berkata, "Aku mau menanamkan sebagian tabungan kita dalam sebuah usaha. Tolong ambil dan simpan uang ini; aku akan mengambilnya lagi besok."

Si suami meminta istrinya menyimpan uang itu dalam brangkas besi yang berada di bawah tanggung jawab si istri. Maka, istrinya beranjak menuju brankas besi itu dan mengucapkan basmalah ketika mengambil kunci yang tergantung di lehernya.

"*Bismillâhirrahmânirrahîm,*" ujarnya sambil membuka pintu brankas.

"*Bismillâhirrahmânirrahîm,*" sambil menaruh kantung uang itu dalam brankas.

"*Bismillâhirrahmânirrahîm,*" sambil mengunci brankas besi.

"*Bismillâhirrahmânirrahîm,*" sambil mengalungkan lagi kunci brankas itu.

Malam itu, saat sang istri tidur pulas, si suami mengambil kunci yang melingkar di lehernya. Diam-diam ia berjalan menuju brankas besi itu dan membukanya—tentu saja tanpa mengucap basmalah. Ia ambil kantung uang itu, menyelinap keluar, dan menjatuhkannya di sumur. Pikirnya, "Ini akan jadi pelajaran buat istriku! Memang mahal, tetapi kalau dia berhenti mengucapkan '*Bismillâhirrahmânirrahîm*' sepanjang waktu, harga yang mahal ini cukup layak." Kemudian si suami mengunci kembali brankas besi itu dan menaruh kuncinya di leher istrinya.

Si suami tidak sadar bahwa jika kita ikhlas bertindak atas nama Tuhan, kita tidak bertindak atas nama ego dan bukan sekadar menyebutkan kekuatan kita sendiri. Ketika mengucap basmalah, kita menjadikan Tuhan sebagai mitra dalam setiap aktivitas.

Keesokan harinya, si suami menanyakan uang itu kepada istrinya sambil mengingatkannya tentang tanggung jawabnya untuk menjaga uang itu.

"*Bismillâhirrahmânirrahîm,*" si istri memutar kunci brankas.

"*Bismillâhirrahmânirrahîm,*" ia membuka pintunya.

"*Bismillâhirrahmânirrahîm,*" tangannya menggapai ke dalam dan mengeluarkan sekantung emas yang basah kuyup dan meneteskan air.

Melihat itu, si suami langsung jatuh pingsan.

Pengingatan dan Realitas

Jika dihadapkan langsung pada realitas Tuhan, mungkin kita pun langsung jatuh pingsan. Satu pengalaman besar menyaksikan kehadiran Tuhan akan benar-benar mengganggu cara kita berpikir dan bersikap. Situasi ini akan terjadi jika kita pernah memasuki keadaan "ingat" sebenar-benarnya, yang hanya bisa dilakukan segelintir orang. Sebagai sufi kita dilatih untuk terus berusaha mengamalkan *dzikrullâh*, atau mengingat Allah, dengan menyebut Nama-Nama-Nya. Namun, mengalami *realitas* Tuhan sangatlah sulit. Bahkan, nabi-nabi besar pun pingsan saat dihadapkan pada Kehadiran Tuhan karena mereka diliputi pesona yang meluap-luap.

Zikir adalah pengingat yang baik. Kita tidak tahu apa pengingat sejati yang selalu mengingatkan kita kepada Allah. Setidaknya kita pernah mengalami momen "ingat" yang sebenarnya, tetapi sering kali kita lupa untuk terus mengingat. Kita sering melihat sesuatu secara samar-samar. Ini merupakan berkah karena melihat secara jelas akan membuat kita diliputi ekstase, kenikmatan yang meluap-luap.

Kita harus berusaha mengalami "ingat" yang sebenarnya. Pengalaman kita akan sebagian pengingat adalah cara untuk membiasakan diri kita akan keadaan mistik yang sebenarnya. Sedikit banyak kita menyetel sistem saraf kita dan secara perlahan mengembangkan kapasitas untuk mengatasi pengalaman spiritual yang lebih kuat. Ini seperti memperkuat otot-otot kita dengan berolahraga setiap hari atau bagaikan mengambil bohlam berkekuatan 25 watt dan perlahan-lahan meningkatkan arus listrik yang melaluinya sehingga kapasitas bohlam itu meningkat dan dapat menampung arus listrik yang lebih besar. Tentu saja sebuah bohlam tidak bisa berkembang dengan cara ini, tetapi manusia bisa.

Idealnya, saat mengamalkan *dzikrullâh*, kita kembangkan kapasitas kita untuk mengingat jauh lebih dalam. Pada beberapa

tarekat, darwis memaksa diri mereka untuk mendapatkan pengalaman ekstase dalam *dzikrullâh*, bahkan hingga jatuh pingsan. Dalam tarekat kami, tidak dikembangkan sistem zikir yang berlebih-lebihan; kita mencoba tetap terpusat dan sadar akan orang-orang yang ada di sekitar kita, bahkan saat kesadaran kita akan Tuhan semakin tajam.[]

6

Ke Mana pun Berpaling, di Sana Ada Tuhan

Ada satu ayat yang sangat saya sukai, yaitu firman Allah: "*Dan kepunyaan Allah timur dan barat. Maka, ke mana pun kamu menghadap, di situlah wajah Allah.*"[25] Tuhan ada dan hadir di mana-mana, di sekeliling kita, dan juga dalam diri kita. Fakhruddin Iraqi, seorang guru sufi, berkomentar bahwa semua makhluk mencerminkan Kehadiran Tuhan yang tak terbatas. Ke mana pun kita berpaling, di situ terdapat *cerminan* Tuhan. Semua ciptaan Tuhan itu berharga karena masing-masing cermin menunjukkan pantulan Tuhan yang berbeda-beda yang jumlahnya tidak terbatas. Kita dapat melihat banyak pantulan dalam sebuah ruangan yang dipenuhi cermin karena penempatan setiap cermin berbeda-beda. Seperti itulah keadaan semua ciptaan Allah. Hanya ada satu Realitas, satu Tuhan, tetapi kita melihat banyak pantulan yang berbeda-beda, aspek-aspek yang berbeda dari Realitas itu. Lantas, kita menjadi bingung karena menganggap semua perbedaan itu sebagai kenyataan, bukan pantulan yang berbeda dari Kebenaran

---

[25]QS al-Baqarah (2): 115.

yang tunggal. Ke mana pun kita menghadap, di situlah terdapat Wajah Tuhan, tetapi Kehadiran Tuhan berbeda dalam segala yang kita lihat dan pada setiap orang yang kita jumpai. Tuhan terpantul pada setiap matahari yang terbenam, setiap awan yang berarak, dan di seluruh ciptaan.

Iraqi juga menulis bahwa diri kita adalah *barzakh*, tanah genting (*isthmus*) yang menghubungkan antara kehidupan dunia dan akhirat. Dalam geografi, tanah genting adalah tanah sempit yang menghubungkan dua bagian daratan yang lebih luas, biasanya dengan satu lautan di masing-masing sisinya. Jika kita berdiri di sebuah tanah genting, kita melihat seakan-akan lautan di setiap sisi itu berbeda, padahal keduanya sama. Perbedaan itu hanyalah ilusi yang ditangkap mata kita. Dengan pengertian serupa, *kita* pun sesungguhnya tidak nyata. Eksistensi kita adalah lautan yang terbelah, sementara yang Tunggal hanyalah Tuhan. Jika kita dapat menghilangkan tanah genting itu, kita menjadi sadar bahwa hanya ada satu lautan. Jika kita dapat menghilangkan diri kita, kita akan sadar bahwa segalanya adalah Tuhan. Itulah Penyatuan yang kita semua cari.

Tuhan adalah Penyatuan, tetapi ada keanekaragaman yang nyata dalam ciptaan karena setiap aspek ciptaan mencerminkan Kehadiran Tuhan. Di balik semua perbedaan yang nyata, terdapat penyatuan.

Cinta dapat memisahkan atau mempersatukan. Kita dapat mencintai dengan cara menganggap hanya ada satu atau dua orang yang istimewa sehingga kita mengabaikan atau tidak menghargai selain yang dicintai. Ketika mencintai seseorang, kita tidak memedulikan orang lain. Dengan cara seperti itu, berarti kita mencintai satu cermin Tuhan, tetapi menolak cermin lainnya. Apakah cara itu akan membuat kita lebih dekat kepada Tuhan? Sesungguhnya cinta semacam itu adalah cinta yang memisahkan, bukan menyatukan.

Cinta yang sesungguhnya, cinta sejati, adalah cinta yang menyatukan. Kita mencintai sedemikian rupa sehingga hati kita lebih penuh dan kita menjadi lebih mencintai semua orang. Ketika kita mencintai dengan cara seperti ini, seluruh dunia menjadi penuh dengan cinta. Mendadak semua orang di sekitar kita menjadi pengejawantahan cinta. Itulah cinta yang membawa kita semakin dekat kepada Tuhan.

Jadi, hanya mencintai tidaklah cukup. Bagaimana cinta kita memengaruhi diri kita? Apakah cinta kita membukakan hati atau malah membuat hati kita tertutup? Jika kita mencintai karena dorongan ego dan dipenuhi kecemburuan maka cinta kita adalah cinta yang memisahkan. Cinta macam itu membuat kita menolak orang lain, dan mendorong kita untuk menguasai dan mengendalikan orang yang kita cintai. Kita begitu mencintainya sehingga kita ingin ia menjadi seperti yang kita kehendaki. Itu bukan cinta sama sekali; itu hanyalah pengendalian. Sayangnya, kadang-kadang kita bersikap dan berperilaku seperti itu kepada pasangan, anak-anak, dan orang lain yang kita cintai.

Di sisi lain, ada cinta yang membukakan hati kita dan memandu kita untuk lebih mencintai. Para alim dan orang bijak akan mengatakan bahwa masih ada jenis cinta yang lebih dalam yang membuat kita tidak menonjolkan diri. Cinta seperti itu menjauhkan rasa keterpisahan sehingga akhirnya hanya ada satu cinta. Sang pecinta tidak lagi terpisah dengan yang dicintai, Sang Kekasih.

Iraqi mendeskripsikan cinta jenis ini dalam ucapannya: "Hanya ada aku dan kau. Aku adalah aku dan kau adalah kau. Kemudian aku menjadi kau dan kau menjadi aku. Akhirnya, aku adalah aku dan kau adalah kau, tetapi aku adalah kau." Ada rasa perpisahan dan ada pula penyatuan. Kita dapat mulai merasakannya dalam hubungan kita dengan semua ciptaan Tuhan. Hubungan saling mencintai apa pun dapat membuat kita kembali pada Penyatuan yang mendasari Penciptaan.

Sayangnya, ego menggerakkan kita menjauh dari persatuan menuju keberbedaan dan keberagaman. Dalam bahasa Latin, kata *ego* bermakna "Aku". Sang "Aku" ini terpisah dari segala hal dan menganggap dirinya sebagai entitas yang mandiri, terpisah dari yang lain. Termasuk syirik atau penyekutuan jika kita menyatakan bahwa kita terpisah dari ciptaan dan mengada secara mandiri, terpisah dari Tuhan. Pikiran ini mengimplikasikan bahwa kita tidak membutuhkan Tuhan untuk mengada. Namun, benarkah kita adalah entitas yang mandiri? Apakah kita eksis karena diri kita sendiri dalam bentuk apa pun? Tidak. Dapatkah kita melakukan apa saja secara sendirian? Tidak bisa. Kita tidak mandiri, tetapi ego mengatakan, "kita mandiri", terlepas dari kekuatan apa pun.

Peduli pada Komunitas

Seorang saudari anggota tarekat kami baru-baru ini meninggal dan keluarganya sangat berduka. Mereka ikut merasakan penderitaan dan kesedihannya selama ia berjuang melawan kanker. Kami pun turut merasakan kepedihan mereka. Tosun Efendi baru-baru ini mengatakan kepada saya bahwa semakin besar suatu komunitas maka semakin besar pula kita menderita karena banyaknya tragedi yang dialami komunitas. Tentu saja ada kebaikan dan sukacita yang patut dirayakan, tetapi kesedihan dan penderitaan cenderung bertahan lebih lama dalam ingatan. Setiap kita memiliki tantangan untuk dihadapi. Kita punya masalah keluarga, pekerjaan, kesehatan, dan sebagainya. Sungguh sangat penting untuk saling mencintai, peduli, dan menyayangi. Penting pula untuk mengingat Tuhan di tengah-tengah semua ini.

Kita dapat saling memberi bantuan dan dukungan di masa-masa sulit, tetapi jangan sedikit pun berpikir bahwa kita akan menyembuhkan saudara atau saudari kita. Jangan berpikir bahwa

kata-kata bijak dan kehadiran kita yang penuh cinta akan mengubah apa pun tanpa adanya rahmat Tuhan. Jika berpikir seperti itu, sesungguhnya ego kitalah yang berbicara. Dia akan mengatakan, "*Aku* akan membantu. Tidak seorang pun dapat membantu sebaik yang bisa kulakukan. Tak seorang pun mengungkapkan kata-kata sebijak yang kusampaikan kepada mereka." Perhatikan frasa "sebaik yang bisa kulakukan." Nafsu kita akan membuat bualan seperti itu, tetapi sebaiknya kita tidak mendengarkannya.

Ketika mendengar salah seorang di antara para darwis di tarekat kami berpetuah, "Dalam tasawuf, kalian *harus* melakukan anu dan anu." saya merasa sedikit marah. Sebab, "berpura-pura menjadi mursyid" terhadap satu sama lain bukan lah sikap yang baik untuk seorang darwis. Sebelum mereka dapat mengendalikan nafsu, semestinya mereka tidak memberi nasihat kepada orang lain. Sering kali nafsu kita mendorong kita berpura-pura menjadi mursyid. Ia akan mengatakan bahwa itu adalah gagasan yang hebat dan kita akan lebih banyak membantu orang lain jika mengambil posisi mursyid. Sebagai darwis yang sedang belajar menempuh jalan sepititual, jangan pernah mencoba-coba seperti itu. Kita tidak bisa *mengambil* peran sebagai mursyid. Jabatan itu diembankan, bukan diberikan.

Kadang-kadang sebagian kita memberi nasihat kepada sesama darwis. Saya sarankan, semakin sedikit saran yang kita berikan, akan semakin baik. Saya sering katakan kepada para darwis di tarekat kami, "Kita semua sudah mendengarkan *sohbet* yang sama, membaca buku yang sama, dan mengaji Al-Quran yang sama. Ketika bersama dengan darwis-darwis yang lain, cobalah untuk terus mengingat Tuhan. Ingatlah bahwa kalian sedang bersama seseorang yang merupakan cermin Kehadiran Tuhan. Sewaktu kalian duduk dengan seseorang, ingatlah bahwa ada tiga yang duduk—diri kalian, saudara kalian, dan Tuhan. Tugas kalian adalah lebih banyak ingat Tuhan bukan melakukan sesuatu yang lain. Jika

kalian dapat duduk dengan orang lain sambil mengingat Tuhan dan mengundang Kehadiran Tuhan dalam percakapan kalian maka Tuhan akan membimbing kalian semua. Tuhan mungkin akan bicara melalui dirimu atau diri mereka; tidak jadi masalah melalui siapa. Sebenarnya, akan lebih baik jika Tuhan bicara melalui mereka dan mereka mendengarkan nasihat melalui suara mereka sendiri. Dengan demikian, mereka akan lebih siap mendengar. Atau, mungkin Tuhan menggerakkan kalian untuk mengatakan sesuatu dan akhirnya kalian mengatakan sesuatu yang tidak kalian maksudkan. Itu lebih baik daripada *mencoba* menolong."

Muzaffer Efendi pernah berkata, "Jangan dengarkan aku jika aku bicara dari diriku sendiri. Namun, jika aku tidak bicara dari diri sendiri, kau harus menyimaknya."

Kita harus lebih banyak bersandar pada Tuhan, percaya kepada-Nya dan hadir untuk sesama kita. Sungguh indah ketika kita saling bersua dan saling hadir sebagai teman, serta mencurahkan perhatian yang simpatik. Sungguh akan menjadi obat jika kita benar-benar saling mendengarkan. Masalahnya, nafsu kita tidak ingin kita mendengarkan; ia ingin kita bicara. Sebenarnya, ketika kita ingin bicara, yang mendorong keinginan itu adalah nafsu, bukan Tuhan. Saya akan lebih percaya dan menerima ketika kita merasa *tergerak* untuk bicara, bukan merancang sesuatu untuk kita katakan.

Sang penyembuh hati adalah Tuhan, sang Pembimbing yang dapat mengarahkan tuturan dan tindakan kita adalah Tuhan. Sang Maha Esa yang memberikan kesabaran pada kita dan cahaya dalam kegelapan adalah Tuhan.

Kegelapan Jiwa

Saat saudara kita dilanda kesulitan, kita semestinya merangkul mereka dengan lembut dan memberi tahu bahwa kita ada untuk

menemani mereka—untuk mendengar—tanpa disertai pikiran bahwa mereka adalah "proyek" yang akan kita perbaiki. Kadang-kadang seseorang mengalami kegagalan dan dihadapkan pada masalah yang menghimpit setelah berupaya untuk hidup mereka. Di saat seperti itu, mereka mengalami apa yang disebut dalam tradisi Kristen "kegelapan jiwa". Dalam laju pertumbuhan alami yang kita jalani, kadang-kadang kita mengalami masa transisi yang sulit. Kadang-kadang kita harus belajar kembali bagaimana caranya berdoa. Setelah puluhan tahun berdoa, tiba-tiba saja doa menjadi suatu perjuangan yang berat. Maksudnya, kita tidak bisa memusatkan pikiran ketika berdoa atau bahkan kita tak dapat memanjatkan doa sama sekali. Bisa jadi keadaan ini disebabkan ego atau nafsu kita, tetapi mungkin pula karena kita memiliki pemahaman yang lebih dalam tentang ibadah dan ancangan doa yang selama ini kita praktikkan dianggap tak lagi memadai: banyak masalah yang kita hadapi saat ini butuh pemecahan. Kita juga butuh pertolongan Allah untuk keluar dari setiap kesulitan. Segala sesuatu terjadi dalam kehendak Tuhan. Kita harus bersabar, melakukan sesuai dengan kemampuan, dan meyakini janji Tuhan bahwa kita tidak akan diberi beban lebih besar dari yang bisa kita tanggung. Kadang-kadang kita berduka atau harus membiarkan dan merelakan sesuatu terjadi, baik secara emosional atau spiritual. Kita harus kosongkan diri kita sehingga sesuatu yang baru dapat masuk, dan tentu saja, proses mengosongkan diri merupakan proses yang menyakitkan.

Saya sering mendengar kisah klasik tentang seorang guru Zen dan seorang profesor. Ada seorang profesor mengunjungi guru Zen dan berkata, "Aku sudah banyak membaca buku-buku tentang Zen dan aku punya beberapa teori mengenai Buddhisme dan Zen yang ingin kubagi denganmu." Sang profesor pun mulai mengungkapkan pemikirannya tentang filosofi Zen layaknya yang biasa dilakukan

profesor. Sementara, sang guru Zen menuangkan teh untuk dirinya dan tamunya.

Ketika sang profesor terus mengoceh, guru Zen mengangkat teko teh lagi dan kembali menuangkan teh ke dalam cangkir profesor meski ia belum sekalipun meneguk tehnya. Akibatnya, air teh mulai tumpah ke meja sehingga si profesor berteriak, "Cukup. Cukup. Apakah Anda tidak lihat cangkirnya sudah penuh dan tak bisa menampung teh lagi? " Guru Zen tersenyum dan berkata, "Benar. Cangkir itu sudah penuh dan tidak bisa lagi menampung teh. Kau harus kosongkan cangkir itu agar bisa menampung sesuatu yang baru."

Dalam kehidupan sehari-hari kita sering harus mengosongkan diri. Kadang-kadang Tuhan mengambil sesuatu dan mengosongkan diri kita. Pengalaman itu sering kali terasa menyakitkan karena kita terikat dengan kebiasaan dan pemikiran kita sendiri. Ego kita mengeluh. Tetapi pengosongan itu alamiah. Harus ada pengosongan hal-hal yang lama agar kita dapat tumbuh. Proses itu seperti seekor ular yang berganti kulit untuk berkembang.

Keindahan Menyimak

Kita semua pernah mengalami derita dan kesulitan. Semestinya kita bisa hadir untuk orang lain sebagai pendengar yang simpatik dan penuh kasih sayang. Saya sangat senang saat mendengar seseorang melakukannya untuk orang lain. Sebaliknya, saya sedih melihat para darwis lebih banyak bicara ketimbang menyimak. Tugrul Efendi pernah berkata, "Awal jalan spiritual adalah mendengarkan dan ujungnya adalah menyimak."

Saya sering menganjurkan kepada siapa pun untuk tidak mencoba memberikan solusi atas masalah orang lain. Jika seorang saudara mengajukan sebuah pertanyaan, kebiasaan kita

mendorongnya agar ia bertanya kepada mursyid. Ego kita sangat suka "berpura-pura jadi mursyid", tapi sikap itu sama sekali tidak berguna, baik untuk diri kita maupun orang lain.

Satu hal penting yang tak selayaknya diabaikan adalah mengingat Tuhan, mengingat bahwa Dia adalah sang pembimbing, sumber segala kebijaksanaan. Sikap ini juga akan membuat kita sadar bahwa apa yang kita lihat atau kita dengar hanyalah pucuk gunung es; kita tidak tahu apa yang tersembunyi di bawah permukaan. Kita harus bersikap lebih rendah hati, lebih mengasihi, dan tidak bersikap menghakimi.

Ketika sedang mendengarkan orang lain, saya sarankan untuk menerapkan SDT—*sabar, diam*, dan *tawaduk*. Bersikap sabar adalah menahan diri dan tidak terburu-buru memberikan jawaban atas masalah orang lain—menunggu dan tidak tergesa-gesa membuat penilaian atau kesimpulan. Ego kita selalu berusaha memberikan jawaban yang kita anggap cerdas. Akan sangat baik jika kita melawan keinginan ego dan berkata, "Aku tidak tahu." Mengapa kita berpikir bisa memberikan solusi brilian bagi masalah orang lain? Kita layak mencurigai pemikiran semacam itu, karena sikap itu menandakan keangkuhan.

Sikap diam menuntut kita lebih banyak mendengarkan dan mengurangi bicara. Bersikap diam berarti mendengarkan secara mendalam tanpa melibatkan analisis atau penilaian terhadap apa yang kita dengarkan.

Dan sikap tawaduk berarti selalu ingat bahwa kita tidak tahu semua jawabannya. Tawaduk artinya menjaga penilaian kita dan mengingat bahwa kita tidak pernah benar-benar mengetahui kebenaran suatu masalah. Kita mungkin memiliki pendapat, tetapi kita tidak *mengetahuinya* secara pasti. Ketika mendengar orang lain menceritakan masalah mereka, pikiran kita langsung sibuk mencari jawaban dan solusi. Namun, Alih-alih sibuk mencari solusi yang

paling cerdas, lebih baik katakan, "Apa hal ini sudah kaupikirkan? Apa kau sudah mempertimbangkan kemungkinan lain?"

Bersikap tawaduk juga berarti mendoakan orang lain, mengingat bahwa semua solusi mutlak datangnya dari Tuhan. Sering kali kita duduk bersama seseorang, mengemukakan pendapat, lalu lupa mendoakan mereka agar masalahnya cepat selesai. Kita lupa bahwa pertolongan datang dari Allah Swt., bukan dari saran yang kita berikan. Sering kali kita lupa arau enggan mengatakan, "Aku tidak tahu jawabannya, tetapi aku akan mendoakan dirimu." Lebih sering kita berusaha mencari solusi atau saran yang paling baik untuk masalah orang lain. Padahal, doa yang tulus lebih bermanfaat dibanding saran yang kerap tak berguna. Kadang-kadang Tuhan memang menggerakkan kita untuk bicara dan memberikan nasihat, tetapi kita harus terus berusaha memastikan bahwa nasihat itu tidak bersumber dari ego kita. Memang sulit untuk membedakan apakah saran yang kita berikan itu berasal dari ego ataukah pemikiran kita yang tulus. Namun, dengan terus berlatih, kita bisa membedakan keduanya. Di saat ego menggerakkan kita untuk bicara, biasanya kita merasa bangga akan pemahaman dan pendapat kita. Ketika kita terinspirasi untuk bicara, kita kurang terikat dan sering kali terkejut dengan apa yang baru saja kita katakan.

Dalam komunitas spiritual, cinta dan persahabatan sangat tak ternilai. Sebagai contoh, ketika saya berbicara dengan seseorang dan mendengarkan masalah-masalahnya, saya sadar, betapa dukungan dan cinta kasih dari saudara sesama anggota komunitas akan sangat membantu. Dalam komunitas tarekat kami, kami merasa sangat beruntung bisa saling memiliki.

Menjaga Diri dari Kuasa Ego

Tasawuf mengajarkan kepada kita untuk selalu menjaga diri dari pengaruh ego. Kita juga diajari untuk tetap menjaga diri termasuk saat kita berdoa, berinteraksi dengan orang lain, beribadah kepada Allah, dan dalam semua aktivitas lainnya. Kita diajari untuk membiasakan sikap sabar, diam, dan tawaduk. Jika kita berpikir bahwa kita tahu banyak hal, sesungguhnya kita tengah memberi makan dan membesarkan nafsu kita sendiri.

Izinkan saya menyampaikan salah satu amal tasawuf yang sangat penting. Terus ulangi dan lafalkan kalimat: "Hanya Allah yang Maha Mengetahui". Dengan terus melafalkan kalimat itu, akan muncul kesadaran bahwa kita sama sekali tidak memiliki pengetahuan kecuali yang dianugerahkan Allah. Kita hanya melihat apa yang tampak di permukaan, bukan hakikat yang sesungguhnya. Begitu pula, kita melihat hanya satu sisi dari apa yang terlihat lalu menganggap apa yang kita lihat sebagai keseluruhan. Kita bagaikan beberapa orang buta yang memegang seekor gajah lalu membuat kesimpulan yang absurd berdasarkan pengalaman yang terbatas.

Dengan mengatakan "hanya Allah yang mengetahui", kita mengingatkan diri sendiri bahwa apa yang kita ketahui sangatlah sedikit dan sering kali kita salah paham dengan pengetahuan yang sedikit itu. Namun, kita masih terikat dan teramat mencintai pendapat kita sendiri.

Tugas kita selaku darwis adalah menghabiskan waktu bersama-sama, saling mencintai, dan saling mendukung melewati ujian dan tantangan. Kita bisa lebih banyak banyak saling mendengarkan, saling mendoakan, saling peduli, dan mengurangi sikap saling menghakimi. Sebab, apa pun yang kita hakimi atau kritik pada diri seseorang, sesungguhnya keburukan itu juga ada pada diri kita. Keburukan apa pun pada diri orang lain yang membuat kita jengkel, ada pula dalam diri kita. Jika tidak, kita tidak akan begitu jengkel.

Ketika seseorang bersikap arogan atau egois, kita kesal kepadanya karena kita menyadari keegoisan dan kesombongan itu pun ada dalam diri kita.

Setiap kali kita jengkel akan sesuatu, sudah saatnya memperhatikan diri sendiri. Ego kita memberi tahu agar hanya memperhatikan keburukan orang lain dan kita merasa mudah jengkel melihat kekurangan orang lain. Namun, celaan atau kritik kita pada orang lain tidak akan mengubah mereka. Kritik itu akan mengalihkan perhatian kita dari mengubah diri sendiri. Sebagaimana dikatakan Muzaffer Efendi, "Saat kita melihat ada kotoran pada diri orang lain, bersihkanlah kacamata kita." Nafsu selalu mendorong kita untuk melihat keburukan pada diri orang lain, bukan keburukan kita sendiri.

Jika kita dapat menghentikan kebiasaan mencela atau mengkritik orang lain seraya melupakan kekurangan diri kita sendiri, kita bisa mulai melihat orang lain sebagai cermin yang memantulkan Wajah Tuhan. Kita bisa mulai mengalami dunia dipenuhi cermin yang memantulkan Kehadiran Tuhan. Dengan begitu, segala hal dan semua orang di sekeliling kita akan mengingatkan kita pada Tuhan. Itulah tugas kita. Saat kita tumbuh dengan cara seperti itu, semakin sering dunia mengingatkan kita pada Tuhan.

Muzaffer Efendi mengajarkan bahwa dunia hanyalah satu-satunya musuh ruhani jika *kita* menempatkannya antara diri kita dan Tuhan. Dunia akan menjadi sekutu ruhani jika kita melihat Wajah Tuhan ke mana pun kita berpaling. Wajah Tuhan ada di mana-mana. Segala sesuatu memantulkan Kehadiran Tuhan, jika saja kita dapat melihatnya. Segalanya indah kalau kita memiliki mata untuk melihatnya. Segalanya mengilhami jika hati kita terbuka dan siap untuk diilhami.

Hubungan dengan Tuhan

Kita dapat memahami hubungan kita dengan Tuhan melalui hubungan-hubungan lainnya yang kita miliki. Para arif mengatakan bahwa segala sesuatu di dunia ini mencerminkan kehidupan alam baka. Kita punya hubungan yang saling mengasihi di bumi, khususnya hubungan antara suami dan istri atau anak-anak dengan orangtua mereka. Sebagian kita juga menikmati hubungan yang indah dengan kawan dan sahabat. Seharusnya hubungan baik seperti ini pula yang kita bangun bersama saudara-saudara kita dalam komunitas tarekat. Idealnya, kita harus saling mengasihi dengan saudara kita sebagaimana hubungan keluarga antara kakak dan adik.

Bertahun-tahun silam, saya pernah mengatakan kepada Safer Efendi bahwa saya ingin menulis novel tentang darwis. Ia menyarankan agar saya menulis tentang pencarian seorang teman sejati, seorang kawan dalam Perjalanan Ruhani Mencari Kebenaran. Di zaman dulu para pengembara membutuhkan kawan yang dapat dipercaya karena perjalanan sangat berbahaya. Ada banyak binatang liar, penjahat, badai, dan bahaya lainnya. Perjalanan ruhani pun dipenuhi bahaya karena kita harus menghadapi berbagai rintangan yang mengancam nyawa.

Saya sering memikirkan saran Safer Efendi, bahwa sebuah novel tentang tasawuf mestinya fokus pada persahabatan. Persabahatan sejati merupakan salah satu fondasi tasawuf meskipun soal ini jarang ditulis. Sebagai contoh, kita bisa melihat persahabatan terkenal antara Rumi dan Syams Tabriz. Sebelum bertemu Syams, Rumi adalah cendekiawan terkemuka yang dikelilingi murid-murid setianya. Melalui persahabatannya dengan Syams, Rumi menjadi orang yang luar biasa bijak dan penulis karya-karya paling brilian tentang kebijaksanaan dan bimbingan ruhani.

Kita bisa berusaha menciptakan persahabatan seperti itu. Kita bisa saling mengasihi dan menyayangi secara mendalam dengan saudara-saudari seperjalanan, dan juga dengan orang lain di luar komunitas tarekat. Kita dapat mempererat persahabatan yang menghasilkan yang terbaik bagi diri kita maupun bagi teman-teman kita.

Tuhan selalu hadir untuk kita, tetapi seberapa sering kita hadir untuk-Nya? Kerap kali kita lebih mengutamakan panggilan telepon dan tontonan televisi serta mengabaikan doa dan ibadah kepada-Nya. Para wali punya prioritas yang berbeda. Mereka mengutamakan ibadah dan mewaspadai setiap waktu yang direnggut dari mereka. Kita dapat menghargai hubungan dengan Tuhan jika telah melatih diri untuk menjaga hubungan baik dengan sesama.

Ketika kita asyik menikmati sesuatu lalu tiba-tiba telepon berdering, kita akan merasa sangat terganggu dan mungkin marah. Sebagai manusia, kita harus melakukan tugas-tugas kita di dunia, tetapi idealnya kita harus mengutamakan hubungan kita dengan Tuhan. Sayangnya, kita masih terpesona oleh dunia. Dari sisi perkembangan ruhani, kita masih berada di taman kanak-kanak. Dengan menempuh jalan tasawuf, seharusnya kita bergerak lebih maju. Setidaknya, kita mencapai sekolah menengah atas atau bahkan perguruan tinggi.

Sungguh menyenangkan mendengar kisah orang-orang yang mencintai Tuhan melebihi apa pun di dunia ini. Baru-baru ini saya membaca tentang kehidupan Fakhruddin Iraqi, sang penyair dan penulis sufi. Ia terbakar oleh cintanya kepada Tuhan dan akhirnya bertemu dengan seorang mursyid yang hebat. Mursyidnya sangat keras, sementara Iraqi seorang penyair yang sedikit urakan. Sang mursyid langsung menyadari kecintaan mendalam Iraqi kepada Tuhan. Ia berkata kepada Iraqi, "Pertama-tama, berkhalwatlah selama empat puluh hari. Kita akan mulai latihanmu menjadi darwis dengan itu." Berkhalwat selama 40 hari bukanlah sesuatu

yang lazim dilakukan pada masa itu (sebelum *Hazreti* Nureddin al Jerrahi, pendiri tarekat kami, mulai mengajar, ia pun khalwat selama 40 hari).

Biasanya, para sufi menjalani khalwat mereka dalam diam. Namun, pada hari kedua atau ketiga Iraqi berkhalwat, beberapa darwis mendengarnya membaca puisi di ruang khalwat. Mereka langsung memberi tahu sang mursyid bahwa darwis baru itu edan karena, alih-alih diam, ia melantunkan puisi saat khalwat. Sang mursyid berkata, "Diam dalam khalwat hanya berlaku untuk kalian, tidak untuknya." Setelah beberapa hari sendirian, hati Iraqi mulai meluap-luap. Ia tak lagi bernyanyi atau membaca puisi. Ia tak bisa lagi menampung rasa cintanya kepada Tuhan.

Seminggu kemudian, para darwis lain mulai mendengar warga kota mendendangkan puisi Iraqi. Sang mursyid merasa terganggu dan memasuki ruang khalwat. "Anakku," katanya kepada Iraqi, "bagaimana bisa puisimu keluar dari ruangan ini? Saat ini orang-orang di kota mendendangkannya."

Iraqi menjawab, "Aku tak bisa menghentikan diriku. Aku harus membaginya."

Iraqi pergi meninggalkan ruang khalwat dan melanggar semua aturan. Namun, dia melakukan semua itu karena cintanya kepada Tuhan. Ia cukup beruntung memiliki mursyid bijak yang paham bahwa aturan-aturan lahirah tidak sepenting cinta kepada Tuhan. Peraturan-peraturan lahiriah adalah alat untuk menggapai cinta Tuhan. Aturan-aturan itu berlaku untuk orang-orang seperti kita yang kurang mencintai Tuhan. Kita membutuhkan aturan, tetapi tidak Iraqi.

Sungguh indah membaca tentang kehidupan dan karya orang-orang seperti Iraqi yang mengabdikan diri kepada Tuhan. Mereka bergerak dan melakukan sesuatu didorong rasa cinta kepada Tuhan. Mereka yang benar-benar mencintai Tuhan tidak takut pada apa pun di dunia ini karena mereka hanya menginginkan Tuhan. Tak

satu pun di dunia ini yang bisa mengalihkan perhatian mereka dari Dia.

Berikut ini kisah lain yang menggambarkan pentingnya niatan batiniah dibandingkan tindakan lahiriah.

Suatu saat dua pemuda bertemu di pasar. Pemuda pertama berkata kepada pemuda kedua, "Ayo ikut aku. Pembacaan Al-Quran akan segera dimulai, kita bisa pergi ke sana dan menyimaknya. Itu akan sangat indah."

Pemuda kedua menjawab, "Tidak, terima kasih. Aku mau pergi ke lokalisasi saja. Aku ingin bersenang-senang dengan perempuan-perempuan cantik di sana."

Setelah berpisah, pemuda di rumah bordil mulai berpikir, "Andai saja aku pergi ke tempat pembacaan Al-Quran."

Meskipun dikelilingi wanita-wanita cantik, pikirannya dipenuhi Al-Quran dan Tuhan.

Di saat yang sama, pemuda yang tengah duduk menyimak bacaan Al-Quran berpikir, "Kenapa aku tidak ikut temanku saja? Mugkin ia tengah bersenang-senang sekarang. Andai saja aku berada di sana dan dikelilingi wanita-wanita cantik itu daripada menyimak pembacaan yang membosankan ini."

Lalu, kedua pemuda itu meninggal pada saat yang sama. Ketika dihisab, pemuda yang berada di rumah bordil dibolehkan masuk surga sementara pemuda yang duduk menyimak pembacaan Al-Quran dikirim ke neraka. Cerita ini menunjukkan, pikiran bahwa pikiran dan hasrat lebih penting daripada tempat atau apa yang tengah kita lakukan. Hasrat pemuda yang ingin menyimak pembacaan Al-Quran membawanya ke surga. Hasrat pemuda lainnya yang ingin bersenang-senang mengantarkannya ke neraka.

Apakah kita membiarkan pengalaman kita memperdalam hubungan dengan Tuhan atau malah mengalihkan perhatian kita dari-Nya? Tasawuf menekankan agar menjadikan kehidupan sehari-hari sebagai bagian integral dari perjalanan ruhani. Kita tidak perlu

pergi ke gua, *ashram*, atau biara. Kita harus belajar membuat apa pun yang tengah kita lakukan sebagai bagian dari hubungan kita dengan Tuhan.

Kita bisa mencari Tuhan dalam hati dan percaya bahwa hati kita akan menemukan cara menuju Tuhan. Efendi, mursyid saya, pernah bertanya, "Dari semua posisi shalat, kenapa Allah paling menyukai sujud?" Saya menjawab, karena saat sujud, kepala kita yang melambangkan keangkuhan bersentuhan dengan bumi yang melambangkan kerendahan. Namun, mursyid saya berkata, "Bukan, tetapi karena hanya dalam posisi itulah hati kita lebih tinggi daripada kepala."

Tasawuf mengajarkan kepada kita untuk membuka hati dan memandu langkah kita menuju Tuhan. Ruh kita terletak dalam inti hati. Jalan tasawuf mengarahkan kita jauh lebih dalam menuju hati, sesuatu yang tidak bisa dicapai hanya dengan doa atau zikir. Perhatian kita dengan mudah teralihkan ketika kita hanya mengamalkan ibadah lahiriah. Namun, jika hati kita dipenuhi cinta kepada Tuhan, perhatian kita tidak akan teralihkan.

Bagaimanakah menghabiskan waktu yang berkualitas bersama Tuhan? Kita menginginkan waktu yang berkualitas bersama teman-teman atau keluarga, tetapi sering kali kita sibuk sendiri-sendiri dan tidak pernah saling memperhatikan. Saat ini ada banyak keluarga yang menghabiskan waktu luang mereka di depan televisi. Bahkan, lebih buruk lagi karena saat ini lebih banyak lagi media pengalih perhatian, termasuk video, komputer, dan sebagainya.

Jika kita terbiasa menghabiskan waktu yang berkualitas bersama keluarga dan teman-teman, kita pun akan mengetahui cara menghabiskan waktu yang berkualitas dengan Tuhan. Keluarga dan teman-teman mengajarkan kepada kita bagaimana menjalin hubungan. Kita bisa menerapkannya dalam hubungan kita dengan Sang Pencipta. Hubungan kita dengan Tuhan bersifat abadi. Hubungan itu dimulai dengan perjanjian antara Allah Swt. dan

jiwa manusia yang terjadi sebelum Penciptaan. *Allah bertanya, "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab, "Benar (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi."*[26] Hubungan ini akan terus berlanjut sampai akhir Penciptaan ketika kita kembali kepada Tuhan.

"Dari semua posisi shalat, kenapa Allah paling menyukai sujud?" Saya menjawab, karena saat sujud, kepala kita yang melambangkan keangkuhan bersentuhan dengan bumi yang melambangkan kerendahan. Namun, mursyid saya berkata, "Bukan, tetapi karena hanya dalam posisi itulah hati kita lebih tinggi daripada kepala."

Jika kita telah mengembangkan hubungan yang indah dengan Tuhan maka semua bentuk hubungan kita yang lain menjadi lebih bermakna. Nabi Isa a.s. mengajarkan, "Cintailah tetanggamu seperti mencintai dirimu." Artinya, kita harus bisa mencintai dan menerima diri kita sendiri *kendatipun kita tidak sempurna*, sebelum kita dapat mencintai orang lain. Kepribadian kita mungkin tidak sempurna, tetapi percik cahaya Ilahi yang murni dalam diri kita mencintai Tuhan. Kita harus mengembangkan hubungan dengan bagian dari diri kita itu, bagian yang merindukan Tuhan. Inilah yang menjadi cinta kita pada diri sendiri, kepada orang lain, dan kepada Tuhan.

Kita semua kesepian tanpa hubungan dengan Tuhan. Dalam kehidupan sehari-hari, untuk menghindari rasa sepi, kita mencari pengalihan seperti menonton televisi, bekerja, dan sebagainya. Kita tidak mau dihinggapi kesepian. Namun, kita menerima begitu saja kesepian yang disebabkan keterpisahan kita dari Tuhan. Jalaluddin Rumi menulis, "Obat untuk menghilangkan rasa sakit itu ada dalam

[26]QS al-A'râf (7): 172.

"Cintailah tetanggamu seperti mencintai dirimu." Artinya, kita harus bisa mencintai dan menerima diri kita sendiri *kendatipun kita tidak sempurna,* sebelum kita dapat mencintai orang lain. Kepribadian kita mungkin tidak sempurna, tetapi percik cahaya Ilahi yang murni dalam diri kita mencintai Tuhan. Kita harus mengembangkan hubungan dengan bagian dari diri kita itu, bagian yang merindukan Tuhan. Inilah yang menjadi cinta kita pada diri sendiri, kepada orang lain, dan kepada Tuhan.

—Nabi Isa a.s.

rasa sakit tersebut."[27] Rasa sakit akibat keterpisahan dapat kita hilangkan dengan merasakan sakit itu dan membiarkannya sehingga kita semakin dekat kepada Tuhan. Kita harus tetap mempertahankan kesepian dalam diri kita, bukan mengalihkan perhatian darinya.

Sayangnya, sebagian besar masyarakat kita menghabiskan waktunya dengan pengalih perhatian. Di dunia modern, ada banyak ragam pengalih perhatian, terutama dalam industri hiburan. Sebenarnya, bukan hanya industri hiburan, bahkan politik dan ekonomi pun merupakan pengalih perhatian. Selama ini kita fokus mencari kekuasaan atau kekayaan, bukan mencari Tuhan.

Karenanya, di zaman seperti sekarang, mengingat Tuhan dalam kehidupan sehari-hari benar-benar merupakan tantangan yang sangat berat, tetapi kita *mampu* melakukannya. Kita dapat mengingat Tuhan saat bekerja. Setiap pagi, kita bisa berdoa, "Ya Allah, tolonglah bimbing aku dalam pekerjaanku hari ini. Tuntun tanganku; tuntun lidahku. Ya Allah, bicaralah melalui lisanku.

[27]Jalaluddin Rumi, *The Essential Rumi*, Penerj. Coleman Barks (SanFrancisco: HarperSanFrancisco, 1995), 205.

Izinkan aku melayani ciptaan-Mu hari ini dengan kemampuan terbaikku."

Semua aktivitas yang kita lakukan bisa menjadi bagian dari hubungan kita dengan Tuhan. Sebagaimana dikatakan mursyid saya, "jangan salahkan dunia." Jika kita biarkan dunia mengalihkan perhatian kita, itu adalah kesalahan kita sendiri. Namun, kita tidak bisa mengatasi berbagai bentuk pengalih perhatian ini seorang diri. Kita butuh bimbingan para guru dan komunitas tarekat. Dunia lahiriah menjadi sekutu ruhani ketika ia mengingatkan kita kepada Tuhan, ketika kita mengabdikan diri pada pelayanan, cinta, dan amal baik. Tidak semestinya kita menjadikan kesibukan sebagai alasan. Mursyid saya mengajarkan bahwa jika tangan kita sibuk dengan berbagai pekerjaan dunia, kita masih bisa membuat hati kita sibuk dengan Tuhan.

Tuhan mencintai kita melebihi siapa pun di dunia ini yang mencintai kita. Rahmat dan kasih sayang Allah melimpahi kita jauh lebih besar daripada cinta seorang ibu kepada anak-anaknya. Ketika saya memikirkan cinta dan kasih sayang Tuhan, saya merasa malu karena begitu sering saya melupakan-Nya.

Sohbet *ini diakhiri dengan sesi tanya jawab berikut ini*:

TANYA:

Jika kita melihat seseorang menyakiti atau mencela orang lain, apa yang harus kita lakukan? Haruskah kita mengabaikannya ataukah kita harus ikut campur? Haruskah kita menghibur orang yang disakiti? Mestikah kita memberi tahu mursyid?

JAWAB:

Tidak ada jawaban yang mudah untuk pertanyaan semacam ini. Masalahnya terlalu rumit. Setiap individu itu berbeda dan isi setiap kritik itu berlainan.

Sekali lagi, penting untuk diingat bahwa pengetahuan kita amatlah terbatas, tetapi kita harus berupaya melakukan yang terbaik. Gunakanlah penilaian ketika melihat seseorang melakukan sesuatu yang tampaknya menyakiti dirinya sendiri atau orang lain. Kita harus menggunakan kecerdasan untuk menyikapinya. Jika ada guru yang memintamu meninggalkan pikiranmu dan menyerahkan kecerdasanmu, tinggalkanlah. Jangan pedulikan guru seperti itu.

Ketika menghadapi situasi seperti di atas, pertama kita harus mendoakan kedua orang itu. Kita mungkin cenderung mendoakan salah satunya saja, yaitu yang menjadi "korban". Kita merasa harus mengecam "orang yang salah" dan mendukung yang tertindas. Mungkin kita memberi dukungan moral kepada orang yang tersakiti dengan mengatakan, "Oh, kasihan sekali, kau sungguh malang." Ucapan semacam itu justru mendorong seseorang berpikir bahwa ia benar-benar telah menjadi korban kezaliman orang lain. Itu sangat tidak membantu karena mendorong ego seseorang menegaskan apa yang selalu ingin dikatakannya: "Aku telah dizalimi."

Sungguh sulit memilih bersabar ketika kita diharuskan menilai. Lebih mudah untuk segera memutuskan bahwa orang lain salah. Sikap seperti itu akan menyenangkan ego. Sebagaimana telah dikemukakan, saya tidak menganjurkan siapa pun mengabaikan kecerdasan dan penilaian. Pada saat yang sama, kita *dapat* belajar bersabar ketika menilai. Ketika membuat penilaian, kita harus menahan diri dengan pikiran, "Mungkin saja penilaianku salah." Atau, kita dapat menambahkan, "Hanya Allah yang maha mengetahui." Saya percaya, mengulang-ulang ucapan "Mungkin saja aku salah," akan membuat kita lebih sabar. Ketika diminta memberikan saran—seorang darwis memberikan saran hanya ketika diminta—lebih baik mengatakan, "Menurut saya, yang terbaik adalah begini dan begitu,"

kemudian menambahkan, "tetapi hanya Allah yang lebih mengetahui kebenarannya."

Jadi, jika ada konflik dalam komunitas, berdoalah untuk orang-orang yang terlibat di dalamnya, lalu sampaikanlah apa yang terjadi kepada mursyid. Pastikan pula untuk mendoakan orang yang dianggap salah dan memohonlah kepada Allah Swt. agar Dia selalu membimbing kita.

Selayaknya kita selalu menyangsikan kebenaran pendapat kita. Jangan merasa yakin bahwa pemikiran dan saran Anda benar. Tosun Efendi pernah berkata, "Banyak orang yang mengatakan agar kita melepaskan keterikatan dari ketenaran, uang, atau hawa nafsu. Namun, keterikatan seperti itu tidak lebih berbahaya dibanding keterikatan kita pada pendapat kita sendiri." Kita jarang menyadari betapa terikatnya kita pada pendapat kita. Satu-satunya yang dapat menangkal kecenderungan tersebut adalah mengingat Allah. Kita harus tetap mengingat Allah baik di saat senang maupun susah.

Di sisi lain, kita *harus* menggunakan kecerdasan dan penilaian yang diberikan dianugerahkan Allah. Ada beberapa kelompok agama yang anggotanya menolak melihat kebenaran. Mereka percaya, setiap orang di kelompoknya sempurna secara ruhani atau bahwa guru merekalah yang sempurna. Sikap seperti ini dapat menghancurkan semua orang yang terlibat di dalamnya. Saya tahu ada kelompok yang meyakini kebenaran mutlak guru mereka sehingga membenarkan kesalahan yang dilakukan sang guru. Misalnya, ketika gurunya minum minuman keras, mereka mengatakan, "Guru kita minum minuman keras agar bisa tetap bersama kita." Mereka enggan mengakui bahwa guru mereka adalah pecandu alkohol. Salah seorang murid kemudian mengakui, "Tentu saja dia seorang alkoholik. Bagaimana mungkin aku tidak tahu. Aku hidup dengan anggota keluargaku yang alkoholik dan aku tahu

bagaimana keadaannya. Aku tahu kebiasaan seorang alkoholik. Namun, aku yakin, ia minum minuman keras demi tujuan tertentu yang tidak aku ketahui."

Tentu saja kita tidak boleh bersikap bodoh seperti itu. Jika kalian melihat seseorang berperilaku buruk, jangan mencari dalih atau berpura-pura keburukan itu tidak terjadi. Sekali lagi, jangan menanggalkan kecerdasan ketika menempuh jalan spiritual ini. Tasawuf mengajarkan kita untuk selalu mengingat Tuhan dan belajar bersandar kepada-Nya dalam segala urusan. Tidak semestinya kita bersandar pada diri sendiri, atau pada ungkapan dan penilaian yang kita anggap brilian.

Dapatkah kita selalu ingat Tuhan di saat senang maupun susah? Muzaffer Efendi sering mengatakan bahwa Tuhan mengirimkan kepada kita dua jenis ujian—kesuksesan dan kegagalan. Sebagian orang melupakan Tuhan ketika mereka meraih keberhasilan; saat mendapatkan banyak uang dan berhasil mengumpulkan kekayaan. Di saat seperti itu, mereka berpikir bahwa diri mereka lebih baik dari orang lain. Mereka mengira kesuksesan itu semata-mata berkat usaha dan kerja keras sendiri. Bahkan, mereka meninggalkan laku spiritual di titik ini. Mereka berpikir, "Aku tidak perlu bersandar kepada Allah. Aku punya pekerjaan yang baik dan simpanan uang yang banyak. Aku sudah mencapai kehidupan yang indah dan aku dapat bersandar pada diriku sendiri."

Kehilangan juga merupakan ujian. Sebagian orang melupakan Tuhan ketika kehilangan pekerjaan mereka, sakit, atau ditimpa kesulitan lainnya. Mereka berpikir, "Aku sudah cukup banyak menderita, *ngapain* ingat Tuhan. Aku tak mau lagi beribadah sampai aku merasa lebih tenang dan lebih nyaman." Mereka mengeluh dan menyalahkan Tuhan, "Di manakah Engkau Tuhan saat semua keburukan menimpaku?" Mereka lupa bahwa dunia ini dipenuhi kehilangan, rasa sakit,

penderitaan, dan kematian. Iman mereka minggat ketika penderitaan menghadang.

Ada juga kelompok orang yang ketika diuji penderitaan, iman mereka semakin kokoh dan mereka makin tekun beribadah serta berzikir mengingat Allah. Ada juga orang yang semakin dermawan ketika meraih sukses dan mendapat banyak kekayaan. Sebagian orang menjadi lebih penyayang ketika ditimpa kesulitan. Semua perubahan hidup yang kita alami merupakan ujian. Ketika hidup kita berubah, kita bisa tetap mengingat Tuhan; ketika saudara kita di jalan tasawuf tengah dilanda musibah, kita bisa tetap mengingat Tuhan. Kita bisa berupaya untuk selalu mengingat Allah dan membiasakan berzikir dengan caranya masing-masing. Jangan meminta orang lain untuk mengingat Tuhan, karena itu bukan tugas kalian.

Langkah paling baik yang dapat kita lakukan untuk orang lain adalah mengingat Tuhan. Ego kita cenderung *memberi tahu orang lain untuk mengingat Tuhan* agar diri kita sendiri mengingat Tuhan. Ego sangat menyukai hal itu. Kita menasihati orang lain tentang apa yang harus dilakukan dan kita teramat sibuk mengajari orang lain sehingga lupa mengamalkan apa yang kita nasihatkan. Kita merasa begitu hebat karena menganggap bahwa kita telah menyebarkan kebaikan dan kebenaran.

Sebagai seorang syekh tarekat, saya sering menghadapi kesulitan seperti ini. Saya sering bicara kepada para darwis tentang apa yang harus mereka lakukan. Di saat yang sama, saya juga harus berusaha keras mengamalkan apa yang saya katakan. Saya butuh mendengarkan lebih banyak *sohbet* saya sendiri ketimbang mereka. Jika mulai berpikir bahwa saya tahu apa yang saya bicarakan maka saya tak pantas lagi menjadi syekh. Muzaffer Efendi pernah berkata, "Jika yang kuajarkan berasal dari diriku, jangan memercayainya. Aku mencoba untuk

hanya mengajarkan apa yang sudah kupelajari dari mursyidku, Al-Quran, dan ajaran para wali." Saya tidak memercayai ego saya dan saya harap Anda pun tidak memercayai ego Anda.

Tidak memercayai ego merupakan satu perjuangan yang indah yang dianugerahkan Tuhan kepada kita. Saya harus menyebutnya "perjuangan yang indah" karena perjuangan ini adalah anugerah Tuhan. Sebutan apa lagi yang layak untuknya? Tuhanlah yang menganugerahi kita kesempatan untuk menempuh jihad batiniah ini. Maka, kita harus mendekap dan menjalaninya. Jika tidak, kita akan kalah dan menjadi budak ego. Seorang mursyid pernah berkata, "Seolah-olah kita diterjunkan ke sebuah medan perang. Kita diturunkan di tengah-tengah pertempuran dan kita harus berperang. Kita tidak bisa diam dan berpura-pura tidak ada pertempuran. Jika kita diam, kita akan terbunuh. Jika kita berada di tengah medan perang, kita harus bertempur. Jika tidak, kita akan tewas."

Namun, salah besar menyebut tugas batiniah ini sebagai peperangan. Tugas ini lebih merupakan sebuah *perjuangan* ketimbang peperangan. Di saat yang sama, kita juga tidak bisa berpura-pura bahwa perjuangan seperti ini tidak nyata. Sebab, kita diterjunkan ke tengah-tengah konflik yang berkepanjangan ini dan kita tidak bisa berdiam diri dan menganggap ini tidak terjadi.

Perjuangan ini bisa mewujud dalam banyak bentuk. Sebagian kita berhasil mengatasi tantangan batiniahnya sendiri tetapi perhatiannya teralihkan oleh kesulitan yang dihadapi orang lain. Kita berkata pada diri sendiri, "Oh, betapa malangnya dia. Ah, betapa buruk perilakunya!" Penilain semacam itu cenderung mengalihkan kita dari perjuangan dan segala sesuatu yang membuat kita melupakan Tuhan sangat membahayakan diri kita. Sesederhana itu. Ada banyak hal yang bisa membuat kita melupakan Tuhan; bisa jadi kita melupakan-

Nya karena acara televisi atau karena drama yang didasarkan atas kisah nyata.

Bahkan, istilah *perjuangan* dan *konflik* itu sendiri menyesatkan. Sebab, upaya menundukkan dan mengatasi ego kita merupakan pendidikan batiniah yang sangat berat. Proses pendidikan itu berlangsung sepanjang hayat. Ketika kita mendengar suara ego mendesak kita melakukan sesuatu yang salah, apa yang harus kita lakukan? Dalam banyak hal, ego yang narsistik bagaikan iblis kecil dalam diri. Sungguh bukan gagasan yang baik untuk memulai pertengkaran dengan sang iblis. Sebab, ia sangat ahli membujuk, menggoda, dan mengalihkan perhatian kita dengan berbagai macam pesona. Saat kita memutuskan untuk memulai pertengkaran dengannya, saat itu pula perhatian kita teralihkan sampai kita sadar bahwa kita telah jatuh dalam perangkapnya. Semua tradisi mengajarkan bahwa melawan iblis adalah cara paling mudah mengalami kekalahan. Berdebat dengan iblis bagaikan berdebat dengan seorang kampiun lomba debat. Kita tidak akan bisa menang.

Semestinya, ketika mendengar godaan, katakanlah pada diri sendiri, "Ah, aku kenal suara ini. Suara inilah yang sepanjang hidupku terus memberikan saran yang buruk. Aku tidak akan mendengarkan suara ini dalam diriku." Dalam tradisi Yahudi, suara ego disebut "dorongan iblis". Saya sangat menyukai istilah ini karena menegaskan bahwa suara itu bukanlah suara *kita*. Ia merupakan dorongan atau rangsangan yang muncul dalam diri kita. Dalam Al-Quranul Karim, ego narsisitik disebut *nafs ammârah bi al-sû'*, nafsu yang mendorong atau memaksa kita pada keburukan. Isrilah *ammârah* sering diterjemahkan menjadi "yang memerintah", tetapi sebenarnya maknanya lebih kuat dari itu. Nafsu amarah merupakan kekuatan batiniah yang terus-terusan mendorong, menyuruh, dan memaksa kita melakukan sesuatu yang buruk dan salah.

Langkah terbaik adalah menolak dan menghindari dorongan tersebut. Katakanlah kepada diri sendiri, "Aku mendengarmu, tetapi aku tidak akan mengikutimu." Sama halnya, kita pun tidak dianjurkan untuk mengabaikannya sama sekali. Bagaimanapun, nafsu amarah itu ada dalam diri kita dan akan terus mendorong kita melakukan keburukan. Jika seorang anak meminta sesuatu dan kita mengabaikannya, berpura-pura tidak ada, ia akan berteriak dengan kencang hingga membuat kita sangat marah. Ketika anak-anak merajuk dan meminta, katakanlah, "Baiklah, tetapi apa yang kamu inginkan itu tidak dapat diberikan saat ini." Jangan mengabaikannya, karena ia akan terus meminta dan mendesak. Dari banyak sisi, nafsu kita bagaikan anak kecil manja yang tidak sabaran, hanya mementingkan dirinya, dan selalu ingin dituruti kemauannya. Jadi, seperti menghadapi anak kecil, kita harus melatih nafsu kita dengan baik tetapi tegas, dengan cinta dan pemahaman. Sayangnya, ego kita yang narsisistik jauh lebih pandai daripada anak kecil. Mengatasi ego jauh lebih berat ketimbang menghadapi anak kecil.

Menyadari bahwa suara yang memaksa itu memiliki kekuatan yang besar, kita dapat menahan diri sebelum suara itu menyesatkan kita. Kita dapat mengatakan pada diri sendiri, "Itu bukan diriku." Kita tidak dapat melakukannya kecuali kita menyadari keberadaan nafsu kita. Kesadaran selalu hadir lebih dulu. Perkembangan spiritual tidak akan berlangsung tanpa adanya kesadaran.

Cara lain untuk menghadapi dorongan ini adalah menanyakan kepada diri sendiri, "Bagaimanakah seorang darwis menyikapi situasi seperti ini?" Kita akan berusaha mencari tahu bagaimana seorang darwis berperilaku. Pertanyaan itu dapat membantu kita memahami situasi yang sedang kita pahami dan mencari solusinya dengan cerdik. Meskipun kita

belum tumbuh menjadi seorang darwis secara utuh, kita tahu seperti apa darwis yang sesungguhnya. Kita telah membaca tentang para darwis dan mursyid di masa lalu; kita juga telah menghabiskan waktu bersama-sama dan mengetahui seperti apakah darwis yang sesungguhnya atau, setidaknya, siapa yang kadang-kadang berperilaku seperti darwis yang sesungguhnya. Kisah dan upaya mereka dapat kita jadikan teladan untuk kita.

Kita menempuh dan bergabung di jalan tasawuf untuk saling membantu dan saling melayani. Cara itulah yang ditempuh para darwis. Namun, ada garis tegas antara mendengarkan masalah orang lain untuk membantunya dan mendengarkan hanya untuk menggunjingkannya. Jika seseorang sakit atau menderita, menjadi tugas kita untuk memberi tahu saudara-saudara kita yang lain. Kemudian kita semua dapat mendoakan, mengunjungi, membawakan makanan, dan menghibur saudara kita yang tengah kesusahan. Namun, sangat buruk jika kita membicarakan kesulitan orang lain bukan untuk menolongnya, melainkan karena ingin ikut campur atau untuk menunjukkan bahwa kita lebih baik darinya. Sungguh disayangkan, banyak di antara kita yang gemar membicarakan keburukan orang lain. Sungguh itu kebiasaan yang sangat buruk karena tidak bermanfaat bagi diri kita sendiri maupun bagi orang yang kita gunjingkan. Seorang mursyid pernah berkata, "Sebagian orang mencoba tumbuh lebih tinggi dengan memenggal kepala orang lain."

7

Sang Ruh

Seorang wali sufi besar, Ibrahim Hakki Erzurumi, menuturkan bahwa ketika ruh diturunkan dari alam ruh untuk dilahirkan dalam tubuh manusia, ia diselimuti unsur-unsur dunia material.[28] Pertama-tama, ruh diselubungi tanah, lalu air, dan tanah pun berubah menjadi lumpur. Udara mengeringkan lumpur itu dan kemudian api membakarnya. Setelah itu, ruh seakan-akan ditutupi pot tanah liat. Ruh tersembunyi dalam wadah lahiriah tubuh kita. Karenanya, tugas penting yang harus kita lakukan adalah menemukan ruh yang tersembunyi dalam diri kita.

Ruh dalam diri kita laksana udara dalam sebuah wadah. Ketika sebuah wadah dibuat, udara secara otomatis masuk ke dalamnya. Tidak ada seorang pun yang menaruhnya di situ. Akibatnya, terjadi pemilahan atmosfir antara udara di dalam dan udara di luar wadah. Keadaan ruh kita mirip seperti itu. Ketika janin manusia tumbuh

---

[28]Ibrahim Hakki Erzurumi (1703–1780) adalah seorang guru sufi Turki dan enskilopedis. Di tahun 1756 dia menerbitkan karyanya, *Marifetname* (*Kitab Pengetahuan*), sebuah kompilasi dan komentar tentang geologi, astronomi, matematika, fisiologi, psikologi, dan tasawuf. Kitab itu dikenal sebagai kitab yang membahas astronomi yang pertama setelah era Kopernikus oleh seorang cendekiawan Muslim.

dan berkembang, ia mengundang Ruh untuk menempatinya. Ruh kita tampak terpisah, tetapi kenyataannya ada persatuan yang mendasari keterpisahan yang tampak nyata itu.

Jika kita semprotkan parfum beraroma mawar ke dalam sebuah wadah, udara di dalamnya akan tercium wangi mawar. Jika kita taruh sesuatu yang busuk maka udara di dalamnya pun akan beraroma busuk. Dari kedua tindakan itu, oksigen yang menyangga kehidupan dalam udara tetaplah sama. Demikian pula keadaan ruh kita. Ia tidak berubah meskipun tindakan dan pengalaman hidup kita bisa saja membuat kepribadian kita menjadi "wangi" atau "busuk". Ruh kita tidak dipengaruhi berbagai hal yang terjadi dalam hidup kita, sebagaimana oksigen dalam wadah yang tidak berubah oleh parfum atau bau busuk apa pun. Ruh kita murni dan sempurna, percikan ruh Tuhan yang tak terbatas. Al-Quran mengatakan, *"Kemudian Dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalamnya ruh-Nya."*[29]

Karena ruh tersembunyi, kita tidak bisa melihat atau mengindra keindahan dan cahayanya. Maka, tugas kita adalah membiarkan cahaya ruh kita memancar melalui diri kita. Tatkala kita mendirikan shalat dan berzikir, kedua ibadah itu bagaikan upaya mengebor "pot tanah liat" yang membungkus dan menutupi ruh kita.

Dalam tradisi sufi, ruh kita terletak dalam hati. Seorang sufi besar, al-Hakim al-Tirmizi menulis bahwa ada empat tingkatan hati. Tingkat pertama adalah dada, *hati yang paling luar*. Tingkatan ini merupakan perbatasan hati, tempat kita berinteraksi dengan dunia. Tingkat-tingkat berikutnya adalah *hati yang laik*, *hati yang di dalam*, dan *hati yang paling dalam,* hatinya hati.

Al-Tirmizi menjelaskan tingkatan-tingkatan itu dengan menggunakan metafora rumah. Hati paling luar bagaikan tanah yang mengelilingi rumah. Orang-orang dan hewan-hewan dapat

---

[29] QS al-Sajdah (32): 9.

memasukinya dengan mudah meski tanah itu dikelilingi pagar. Tingkatan berikutnya adalah hati yang laik, yang dianalogikan dengan rumah itu sendiri. Hewan tidak bisa masuk dan seorang tamu harus minta izin lebih dulu untuk memasukinya. Keadaannya lebih aman dan lebih rahasia daripada hati paling luar. Lalu, tingkatan berikutnya, hati yang paling dalam, adalah ruang tempat penyimpanan harta, atau ruangan besi, yang terletak di pusat rumah. Barang-barang berharga milik keluarga disimpan di ruangan itu, termasuk barang pusaka yang tak ternilai. Pintu ruangan besi selalu terkunci. Hanya tuan dan puan pemilik rumah yang memiliki kuncinya. Hati yang paling dalam adalah ruang penyimpanan benda paling berharga di ruangan harta. Untuk memasuki ruangan harta, kita harus melewati gerbang hati yang paling luar, lalu memasuki pintu hati yang laik, dan kemudian membukan ruangan besi hati yang paling dalam.

Mursyid saya sering mengatakan bahwa hati yang paling dalam adalah kuil yang dibangun Tuhan sebagai persemayaman-Nya. Ruh kita adalah percik cahaya Ilahi yang keluasannya melebihi seluruh semesta. Percik agung dalam diri kita ini dapat menyalakan semesta dalam sekejap. Sebagai darwis, kita harus selalu ingat bahwa Tuhan telah menempatkan ruh Ilahi dalam hati setiap manusia. Jika kita ingat ini, kita akan memperlakukan semua orang dengan penuh rasa hormat dan sadar bahwa kita diberi kehormatan untuk melayani Tuhan dengan cara melayani orang lain.

Jika kita menggali sebuah sumur dan kemudian air terpancar, kita dapat mengubah gurun pasir yang kering kerontang menjadi oase yang hijau subur. Ketika ruh kita tersembunyi, hidup bagaikan gurun tandus: tanpa cinta dan kasih sayang. Yang muncul hanyalah cinta narsisistik yang hanya mementingkan diri sendiri.

Sayangnya, menemukan air hanya sekali tidaklah cukup. Kita semua sudah terilhami (atau "diairi") zikir, shalat, dan kehadiran mursyid. Namun, bantuan dan pertolongan awal ini perlahan-lahan

akan lenyap jika kita tidak terus berupaya menyingkapkan ruh kita. Amal kebaikan dan laku tarekat yang istikamah dijalankan akan menjadikan hubungan kita dengan ruh tetap hidup dan membuatnya semakin kokoh, akrab, dan dalam. Namun, jika kita gagal menjaga kehidupan sehari-hari sesuai dengan hubungan itu, setiap tindakan yang tak acuh atau egois akan memutuskan hubungan yang telah kita ciptakan. Tindakan dan perilaku yang melukai orang lain akan mempertebal selubung yang menutupi ruh kita.

Psikolog terkenal Wilhelm Reich menulis bahwa kita melapisi diri kita sendiri untuk melindunginya dari dunia bagaikan kesatria yang mengenakan baju zirah untuk melindungi tubuhnya di medan perang.[30] Tanpa disadari kita semua mengembangkan mekanisme pertahanan diri karena merasa kesepian dan rapuh. Ketika orang-orang mengkritik, mencela, atau merendahkan, kita merasa terluka, kemudian kita membela diri melawan serangan itu. Padahal, pembelaan diri semacam itu hanya akan menyebabkan kita lebih banyak mendapatkan luka.

Lebih lanjut Reich mengatakan bahwa kita mengenakan baju zirah yang begitu ketat sehingga menghambat pernapasan. Terhambatnya pernapasan mengurangi kemampuan kita untuk merasakan atau mengungkapkan perasaan. Pada gilirannya, berbagai kemampuan kita yang lainnya pun mengalami penurunan. Kita semakin tidak mampu mempersepsi semua perasaan. Pertahanan dan pembelaan diri yang berlebih-lebihan itu tidak hanya mengurangi kemampuan untuk mempersepsi rasa sakit, tetapi juga kemampuan untuk mempersepsi kegembiraan. Ketika ruh melapisi hati dengan baju besi pertahanan, kita kehilangan sentuhan dan hubungan dengan ruh kita.

---

[30]Reich, Wilhelm, *Character Analysis, The Function of the Orgasm* (New York: Touchstone, 1974) 300.

Karenanya, melepaskan baju besi itu merupakan bagian penting perjalanan tasawuf. Dengan metafora lain, baju zirah kita itu laksana lapisan batu yang menutupi akuifer, danau bawah tanah yang besar yang dipenuhi jutaan galon air, yang murni. Air yang sangat berlimpah itu tidak dapat dimanfaatkan karena kita tidak dapat mengambilnya.

Kita semua memiliki *air* di kedalaman ruh yang memberi kita kehidupan. Kita harus mengebor lapisan penutupnya agar bisa mengambil air itu dan memanfaatkannya. Kita harus menyingkapkan semua lapisan baju besi yang menyelubungi ruh. Jika lapisan penutup telah tersingkap, ruh kita akan mengairi dan menyuburkan kehidupan kita. Kemudian, air spiritual yang tak ternilai itu akan menghidupkan orang lain. Ia akan mengilhami orang lain untuk mencari air yang tersembunyi dalam diri mereka.

Ruh kita dapat menghidupkan kita dan semua yang kita cintai, tetapi menyingkapkan selubung ruh merupakan pekerjaan berat. Sudah berapa banyak waktu yang kita luangkan untuk pekerjaan ini? Saya khawatir, kita tidak meluangkan waktu sebanyak para atlet sekolah menengah yang melatih olahraga kegemaran mereka.

Kemajuan dan perkembangan spiritual merupakan buah dari waktu dan energi yang kita luangkan. Kebanyakan kita tidak menggali cukup dalam, tidak berupaya cukup keras. Kesalahan umum yang dilakukan banyak orang adalah mulai menggali dengan harapan akan langsung mendapatkan hasilnya. Setelah menggali beberapa lama dan air tak juga menyembur keluar, mereka memutuskan menggali di tempat lain. Para murid mendatangi seorang mursyid dan mengikuti disiplin baru selama beberapa minggu atau bulan. Kemudian mereka mencari dan mengikuti mursyid lain serta menjalankan pelatihan dan amal-amal yang baru. Dengan cara itu, kita tidak akan pernah sukses mendapatkan air yang kita harapkan dapat menyuburkan kehidupan kita. Membuat lusinan lubang yang kedalamannya hanya beberapa sentimeter tidak

akan memberi kita apa-apa. Galilah satu lubang dengan cukup dalam sehingga air yang kita inginkan menyembur keluar.

Di sinilah dibutuhkan kesabaran untuk menjalani pelatihan dan laku ruhani secara istikamah, layaknya kesabaran penggali sumur hingga mendapatkan air. Kita kerap tergoda untuk mencoba laku dan praktik ibadah baru daripada terus menggeluti lebih dalam apa yang telah diajarkan kepada kita. Sebagai contoh nyata, sebetulnya kita tidak perlu mencari buku paling mutakhir tentang tasawuf (termasuk juga buku ini), lalu mempraktikkan apa pun yang diajarkan buku tersebut. Lebih baik kita membaca berulang-ulang buku-buku lama kita dan mempraktikkan apa yang sudah kita baca. Saya bisa menjamin, jika kita menjalani dan mempraktikkan secara istikamah ajaran dan nasihat yang disampaikan mursyid, kita semua akan menemukan kedalaman dan pencerahan baru. Sama halnya, jika kita membaca ulang buku-buku lama secara lebih saksama, kita akan menemukan makna-makna baru yang lebih dalam dan lebih mencerahkan.

Meniti perjalanan ruhani dan mempraktikkan semua yang diajarkan mursyid membutuhkan kesabaran dan ketekunan. Kita mesti terus berusaha menggali lebih dalam meskipun kelihatannya tidak terjadi apa-apa pada diri kita sampai akhirnya kita menembus lapisan akuifer. Seseorang mungkin harus menggali sedalam tiga ratus meter atau lebih hingga air menyembur. Sering kali kita tergoda untuk diam dan beristirahat setelah baru sebentar menggali. Sebenarnya, istirahat dan bersantai tidak berbahaya jika tujuannya untuk menghimpun tenaga. Namun, jika kita rehat terlalu lama, lubang yang sudah digali mungkin akan tertutup lagi dan kita terpaksa menggali lagi dari awal.

Di awal perjalanan tasawuf, Tuhan sering melimpahkan perasa-an telah mencapai tujuan dengan maksud untuk membangkitkan semangat. Ini sedikit mirip *preview* film yang akan ditayangkan. Kita merasa semakin cinta dan ringan ketika mulai mempraktikkan

zikir, tetapi semakin lama mengamalkannya, kita merasa tidak terjadi apa pun sehingga kita meninggalkannya. Semestinya, kita istikamah menjalaninya, menggali lebih dalam agar menemukan hubungan yang sejati dan dalam dengan ruh kita.

Apa yang terjadi ketika sebuah bejana pecah? Udara di dalam bejana itu kembali ke atmosfir yang meliputinya dan menjadi sumbernya. Ini terjadi saat kematian menjemput—kita semua kembali kepada Tuhan seperti yang Allah katakan dalam Al-Quranul Karim: *"Kemudian hanya kepada-Ku kamu kembali."*[31] Ada sebagian orang yang tetap hidup setelah memecahkan sendiri bejana lahirianya. Mereka adalah para wali yang telah menyingkirkan perintang material dan bersatu dengan Ruh Ilahi. Dalam tasawuf, kita menyebut peristiwa itu "meninggal sebelum wafat". Dengan memecahkan sendiri bejana lahiriah itu, para wali besar mencapai tingkatan *fanâ*, keadaan sirna dari diri yang terpisah.

Keterpisahan kita dari Tuhan yang kelihatannya nyata sebenarnya hanyalah ilusi. Udara dalam bejana tampaknya terpisah dari udara yang ada di luar, tetapi sesungguhnya tidak demikian. Bejana itu tidak kedap udara secara sempurna sehingga udara di dalam bejana, tetap bisa menyatu dengan udara di luarnya. Lagi pula, jika kita benar-benar terpisah dari Tuhan, tentu kita tak ada lagi ada. Eksistensi kita langsung terhenti.

Kita selalu berada dalam Kehadiran Tuhan. Itulah sebabnya Allah berfirman, *"Aku lebih dekat daripada urat lehermu."* Kita bertanya, di manakah Tuhan? Padahal setiap saat kita *dikelilingi* Tuhan.

Kita tidak pernah dan tidak akan terpisah. Sayangnya, kita hidup dalam ilusi keterpisahan. Kita bisa mengetahui dari kisah dan perjalanan hidup para wali bahwa sesungguhnya kita dapat menggali dan berhubungan dengan ruh kita sendiri. Kita bisa

---

[31]QS Luqmân (31): 15.

membuat hubungan dengan ruh kita sehingga hidup kita lebih subur, hijau, dan lebih bermakna.

Di setiap generasi manusia, selalu ada orang yang mencapai tingkatan *fanâ* dan menyatu dengan Ruh Ilahi. Ketika berada di dekatnya, atau saat kita berusaha mengikutinya, kita merasakan Kehadiran Tuhan. Orang yang telah mencapai tingkatan ini memiliki hidup yang kaya, bersinar, dan subur karena terus dialiri *air kehidupan*. Tidak hanya itu, kehadiran mereka pun memperkaya dan menyuburkan kehidupan orang-orang di sekitar mereka.

Di gurun pasir, air merupakan sumber dan elemen penting kehidupan. Dulu, beberapa tahun silam, saya pernah berkemah selama seminggu di gurun. Saya dan teman-teman menggantungkan sebuah wadah air terbuat dari kulit di tengah-tengah perkemahan. Air menetes sedikit demi sedikit darinya. Dalam tempo seminggu, tunas-tunas berwarna hijau mulai tumbuh di bawah wadah minum itu. Tanah di sekeliling saya tampaknya tak ada kehidupan, tetapi sedikit air menumbuhkan kehidupan di bagian kecil gurun itu. Benih ada di mana-mana, tetapi dibutuhkan air untuk membuat mereka hidup.

Dengan cara yang sama, air ruh dalam diri kita pun akan menumbuhkan kehidupan batiniah kita. Para petani mengubah gurun menjadi tanah pertanian yang subur melalui irigasi, sedangkan para wali mengubah kehidupan para pengikut mereka yang kering kerontang menjadi lebih kaya dan subur secara spiritual.

Cahaya yang Terpantul

Dengan perumpamaan lain, ruh kita bagaikan matahari dan kepribadian kita seperti bulan. Tanpa matahari, bulan akan tetap dalam keadaan gelap gulita. Hanya karena kemurahan mataharilah kita dapat melihat keindahan sang dewi malam. Keindahan bulan

berasal dari cahaya matahari yang dipantulkan, sama seperti keindahan hidup kita yang merupakan pantulan cahaya ruh.

Kepribadian mencerminkan ruh kita sebagaimana rembulan memantulkan cahaya matahari. Namun, pantulan cahaya ruh itu terdistorsi, sama seperti semua pantulan lainnya. Sebagaimana telah saya jelaskan sebelumnya, udara dalam sebuah wadah akan dipengaruhi benda atau materi yang ada di dalamnya. Namun, esensi udara itu sendiri tetap tidak akan berubah. Kepribadian kita dipengaruhi berbagai peristiwa dan pengalaman dalam hidup kita, tetapi ruh kita akan tetap suci dan tak terperngaruh.

Dalam Al-Quranul Karim, Nabi Musa a.s. dikisahkan berkata kepada Allah Swt., *"Wahai Tuhanku, tampakkanlah (diri-Mu) kepadaku agar aku dapat melihat-Mu." Tuhan berfirman, "Kamu sekali-kali tidak sanggup melihat-Ku, tetapi lihatlah ke gunung itu. Jika ia tetap di tempatnya, niscaya kamu dapat melihat-Ku." Tatkala Tuhannya menampakkan diri pada gunung itu, Dia menjadikan gunung itu hancur luluh dan Musa pun jatuh pingsan.*[32]

Dari kisah itu, dapat disimpulkan, bahkan melihat *efek* Kehadiran Tuhan telah cukup membuat Nabi Musa a.s. langsung jatuh pingsan.

Mengapa Nabi Musa a.s. tak sadarkan diri pada titik ini? Padahal beliau pernah melihat Tuhan secara dekat dalam api yang membakar semak belukar. Tetapi mengapa beliau pingsan di Gunung Sinai? Tosun Efendi menuturkan bahwa Nabi Musa a.s. tidak sanggup memahami secara penuh kehadiran Tuhan di semak-semak yang terbakar, tetapi setelah menjadi Nabi Allah, kesadaran beliau akan Kehadiran Tuhan di gunung itu terlalu besar sehingga membuatnya jatuh pingsan.

Cahaya suci Tuhan terlalu kuat bagi siapa pun, bahkan bagi para nabi sekalipun. Jadi, kita hanya bisa mengalami dan

[32]QS al-A'râf (7): 143.

mempersepsi Cahaya Ilahi melalui ruh kita dan pada cahaya-cahaya yang dipantulkan semua ciptaan-Nya. Tuhan bermanifestasi dalam semua ciptaan, dan kita semua bisa mempersepsinya. Takdir semua ciptaan adalah seperti bulan yang memantulkan cahaya matahari. Takdir kita sebagai manusia adalah seperti sebatang lilin yang dapat menyalakan ratusan lilin lainnya. Satu orang mukmin dapat menginspirasi dan menyinari ratusan ruh mukmin lainnya.

Kita dapat memahami prinsip yang sama melalui perumpamaan air yang sudah dijelaskan. Kita semua memiliki kapasitas untuk mengairi lahan pertanian milik kita sendiri dan lahan pertanian orang lain. Kita dapat menghidupkan tanaman di lahan milik orang lain yang kering dan layu. Jika kita dapat membuka ruh, kita dapat menjalankan fungsi sebagai khalifah Allah, perwakilan Tuhan di bumi ini.

Sebagai manusia, kita memiliki tugas dan kewajiban untuk menjalan fungsi sebagai wakil Tuhan. Sebab, jika Tuhan memasuki ciptaan-Nya secara langsung, segalanya akan hancur. Tuhan menggunakan kita untuk melayani ciptaan-Nya. Sebagai manusia, kita dapat memantulkan Cahaya Ilahi kepada orang lain. Semakin banyak kita memantulkan Cahaya Tuhan, semakin banyak kita memberi manfaat kepada semua ciptaan-Nya.

Banyak dari kita yang berpikir bahwa memberi manfaat kepada ciptaan Tuhan hanya bisa dilakukan dengan cara seperti menulis petisi atau memberi sedekah. Memang tindakan seperti itu bermanfaat. Namun, jauh lebih baik lagi jika kita terus berusaha melakukan kebaikan daripada duduk diam di rumah tanpa melakukan apa-apa. Ketika seharusnya kita membuka hati, perhatian kita justru sering teralihkan dengan mudah oleh berbagai kegiatan lain. Ketika ruh kita terdorong untuk melakukan kebaikan dan memberi manfaat kepada orang lain, dengan mudah kita mengabaikannya dan memilih melakukan hal lain yang diinginkan nafsu. Memang baik pergi ke gurun dan memunguti sampah.

Namun, jauh lebih baik lagi jika kita menggali sumur dan membuat gurun menjadi lebih hijau. Itulah yang semestiya kita lakukan dan kita perjuangkan terus-menerus. Kita harus berupaya memberikan manfaat dan pelayanan yang lebih besar dan lebih banyak dari waktu ke waktu kepada sesama manusia dan semua ciptaan Allah. Itulah yang diajarkan semua tradisi spiritual: melayani dan memberi manfaat sebesar-besarnya kepada seluruh makhluk. Pelayanan terbesar yang dapat kita lakukan untuk anak-anak adalah menjadi teladan yang sebenarnya dan mengilhami mereka agar beriman dan melayani orang lain.

Menggali sumur hingga mendapatkan *air ruhani* adalah proyek jangka panjang. Seperti telah saya katakan sebelumnya, proses itu bagaikan mengunyah kacang terbuat dari besi, sebuah proses yang tampaknya mustahil dan tanpa akhir. Karenanya, jangan berharap Anda akan mendapatkan hasilnya dengan cepat. Mengharapkan hasil termasuk sesuatu yang kerap mengalihkan perhatian kita dari pekerjaan menggali.

Selain itu, kita tidak boleh menggali secara sembarangan dan serampangan. Kita mesti menggali sesuai dengan arahan dan petunjuk yang diajarkan mursyid. Mereka telah mengajari kita bagaimana cara menggali secara mendalam melalui zikir, shalat, pelayanan, dan amal spiritual lainnya. Proses penggalian atau perjalanan spiritual ini bukanlah suatu misteri. Banyak pencari Tuhan sebelum kita yang berjuang dengan ikhlas bisa meraihnya dan mendapatkan air ruh. Jika kita istikamah dan sabar menjalankan petunjuk mursyid, upaya kita akan berhasil pada akhirnya. Setelah itu, kita akan menadapati ruh kita hidup dan menunggu untuk disingkapkan.

Proses pencarian dan perjalanan ini membutuhkan kesadaran dan kewaspadaan yang lebih besar. Sebab, banyak halangan, rintangan, dan godaan yang akan mengalihkan perhatian kita dari pencarian. Karenanya, kita mesti terus bekerja dengan optimis,

seraya meyakini bahwa Tuhan lebih dekat daripada urat leher kita sendiri. Sejatinya, diri kita merupakan wadah atau bejana yang menutupi ruh Ilahi. Jangan susuri jalan spiritual ini dengan keyakinan bahwa perjalanan ini akan menghabiskan waktu yang cukup lama. Sebab, keyakinan seperti itu akan mendorong kita untuk memenuhi keinginan nafsu dan berpaling dari jalan spiritual. Sama seperti sedang menggali sumur, keberhasilan bisa datang kapan saja. Bisa jadi seseorang baru menggali beberapa meter, dan ia sudah mendapatkan air. Begitu pun dengan pencarian yang kita lakukan. Kita sama sekali tidak tahu, seberapa dekat kita dengan keberhasilan. Kita tidak tahu, berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menggapai tujuan.

Berkaitan dengan upaya spiritual, kita bisa belajar dari kisah Siti Hajar. Ia istri kedua dari Nabi Ibrahim a.s. dan ibunda Nabi Ismail a.s. Kisah Siti Hajar menceritakan prinsip besar yang mesti diyakini siapa pun untuk meraih keberhasilan. Siti Hajar mengajarkan kepada kita nilai penting kerja dan tindakan nyata, seraya tetap meyakini bahwa semua pertolongan datang dari Allah Swt.

Kisah itu menceritakan bahwa Allah Swt. memerintahkan Nabi Ibrahim a.s. untuk meninggalkan istri dan anak lelakinya yang masih bayi di padang pasir. Siti Hajar mulai mencari pertolongan. Ia melakukan berbagai upaya dan mengerahkan seluruh kekuatan yang dimilikinya untuk mendapatkan pertolongan. Ia yakin, Allah pasti tidak akan mengabaikan dan menelantarkannya. Kendati yakin, ia tetap mengerahkan upaya lahiriah. Biasanya, pertolongan Allah datang melalui sesuatu yang lain, baik manusia lain, atau melalui ciptaan-Nya yang lain. Siti Hajar berlari-lari ke bukit Safa, mencari tahu mungkin ada kafilah yang melewati daerah itu, tetapi tak seorang pun terlihat. Semua yang terlihat hanya sahara gersang. Lalu ia berlari menuju bukit Marwah yang jaraknya tidak terlalu jauh. Begitulah, Siti Hajar berlari bolak-balik sebanyak tujuh kali antara dua bukit itu dengan maksud mendapatkan pertolongan.

Akhirnya, upayanya tidak sia-sia. Pertolongan Allah datang melalui putranya sendiri. Perjuangan Siti Hajar itu hingga kini kita peringati dalam ritual haji. Semua jemaah haji melakukan perjalanan yang sama sebanyak tujuh kali antara kedua bukit itu.

Siti Hajar melakukan semua yang bisa dilakukannya untuk mendapatkan pertolongan bagi dirinya dan bayinya. Ia kerahkan seluruh kekuatan fisiknya, berlari di bawah terik matahari gurun pasir. Ketika merasa tidak ada lagi tempat yang bisa dilongok untuk mencari bantuan, ia pun meletakkan bayinya di bawah naungan pohon dan beristirahat. Tidak lama kemudian, Nabi Ismail a.s., putranya yang masih bayi, menendang-nendangkan kakinya yang mungil dan tumit kaki kanannya membuat lekukan kecil di atas pasir. Dari lekukan itu malaikat Jibril membuka akses pada sebuah akuifer besar di bawah padang pasir. Begitu banyak air yang memancar sehingga Siti Hajar berteriak, "*Zamzam*!" (berhenti, berkumpul). Menurut sebuah riwayat hadis, jika Siti Hajar tidak meneriakkan kata-kata itu maka yang tercipta adalah sebuah danau raksana di lembah itu, bukan sumur. Sejak saat itu, sumur suci Zamzam telah melayani manusia selama ribuan tahun.

Siti Hajar bersusah payah, hingga batas akhir kemampuan fisiknya, mencari bantuan untuk dirinya dan bayinya. Ia lakukan yang terbaik yang bisa dilakukannya. Kemudian, melalui Rahmat Allah, sebuah lekukan kecil di atas pasir menyingkapkan sumber air yang nyaris tak terbatas yang telah melayani manusia selama ribuan tahun. Kisah ini memberi kita pelajaran bahwa kita tidak tahu bagaimana dan seberapa cepat kesuksesan dicapai. Cerita itu mengajarkan bahwa usaha kita sendiri tidaklah cukup. Kita harus terus berupaya melakukan yang terbaik yang bisa kita lakukan seraya tetap berharap dan berserah diri kepada Allah agar menurunkan bantuan dan pertolongan-Nya. Tidak ada sesuatu pun yang terjadi atau yang kita dapatkan sebagai hasil upaya diri kita sendiri.

Ketika menapaki jalan spiritual, ingatlah: Tuhan dapat membuka hati kita secara penuh kapan saja dan menyingkapkan sumber batiniah sehingga kita merasakan kegembiraan, kebahagiaan, dan ketenangan. Setelah cahaya Ilahi menerangi hidup kita, niscaya kegelapan yang selama ini melingkupi kita langsung sirna. Hidup kita akan dipenuhi cahaya.

Pembukaan hati itu dapat terjadi kapan saja. Proses itu mungkin berlangsung ketika kita shalat , atau ketika membaca salah satu ayat Al-Quran, atau sewaktu saat kita bersujud menyentuhkan dahi kita ke bumi, dan sebagainya. Tindakan ibadah apa saja dapat menjadi lekukan kecil yang Allah jadikan sarana untuk membukakan hati kita. Dalam zikir, setiap pengulangan lafal "Allah" bisa jadi cukup membuat retak tanah liat yang menyelubungi ruh kita. Agar itu terjadi, kita harus mengamalkannya dengan penuh keyakinan. Itulah yang disebut iman.

Kita menapaki jalan spiritual ini agar kita dapat bersentuhan dengan ruh kita yang senantiasa ada dalam diri kita. Perjalanan ini ditempuh bukan untuk menciptakan sesuatu yang baru, sesuatu yang tidak kita miliki. Shalat dan zikir adalah perangkat yang kuat yang bisa kita gunakan untuk mencapai tujuan ini. Praktik zikir dirancang para wali yang telah berhasil menyingkapkan selubung ruh mereka dan memahami karakter diri mereka sendiri. Bagi mereka, praktik zikir itu berhasil dan tentu akan berhasil pula untuk membuka hati orang lain, hati para murid dan pengikutnya. Selain zikir, shalat juga merupakan peranti yang sangat penting untuk mendekati dan mendapatkan pancaran Cahaya Ilahi. Nabi saw, telah mengajarkan kepada kita unsur-unsur shalat dan menunjukkan betapa shalat yang beliau lakukan dapat mendekatkan hubungannya dengan Allah Swt.

Bentuk-bentuk zikir dikembangkan oleh mereka yang memahaminya dan telah merasakan manfaatnya. Bentuk-bentuk zikir itu mengakar dan dipengaruhi pengalaman para wali dalam

hubungannya dengan hati mereka. Zikir juga merupakan amal yang mengingatkan kita akan hubungan tersebut, cara untuk mengalami dan menikmati hubungan itu.

Diriwayatkan bahwa Nabi Muhammad saw. sering mendirikan shalat selama berjam-jam pada malam hari. Pada suatu malam, beliau bersujud begitu lama sehingga istri tercinta beliau, Aisyah r.a., khawatir beliau sudah meninggal. Aisyah sangat lega ketika melihat ada sedikit gerakan pada ibu jari kaki Rasulullah saw.

Pernah Aisyah r.a. bertanya kepada Nabi, "Mengapa engkau mengerjakan shalat begitu lama? Bukankah Allah telah menjamin bahwa tempatmu di surga?"

Rasulullah saw. menjawab, "Apakah aku tidak boleh menjadi hamba yang paling bersyukur?"

Rasulullah saw. mendirikan shalat bukan karena ingin mencapai sesuatu. Beliau shalat karena didorong rasa cinta dan keinginan untuk bersyukur.

Saya telah menjelaskan bahwa proses ini merupakan salah satu upaya penting untuk membuka hubungan dengan hati. Zikir, shalat, dan amal ibadah lainnya bisa juga kita anggap sebagai cara untuk menikmati hubungan yang sudah ada. Setelah shalat, kita bisa duduk tegak dan menikmati ketenangan yang kita rasakan. Shalat dan zikir dapat dianggap sebagai cara *menikmati* karunia yang telah Allah berikan kepada kita. Karunia apa yang lebih besar selain ruh kita yang diembuskan dari ruh Ilahi yang tak terbatas? Bukankah kita semestinya menikmati karunia yang luar biasa ini?

Jika kita memberikan kepada seseorang seperangkat *stereo system* yang mahal dan dia tidak pernah menggunakannya, mungkin kita akan beranggapan bahwa ia tidak menghargai hadiah yang kita berikan; ia tidak mau menikmati musik indah yang dihasilkan perangkat audio itu. Begitu pula dengan zikir dan shalat. Keduanya merupakan cara untuk menikmati karunia Tuhan yang sudah diberikan kepada kita.

Jalan tasawuf memberikan perangkat dan cara yang praktis untuk membuka hubungan dengan hati. Cara dan peranti yang diajarkan tasawuf membuat kita mampu memenuhi keinginan Tuhan yang dinyatakan dalam sebuah hadis qudsi terkenal, "Aku adalah harta yang tersembunyi dan Aku ingin diketahui, maka Kuciptakan makhluk." Pada saat yang sama, peranti itu juga bisa menjadi cara yang memberi kita kesenangan, ketenteraman, dan kebahagiaan. Peranti itu sekaligus juga menjadi sarana untuk menikmati karunia yang diberikan Allah kepada kita.

Shalat dan zikir bagaikan dua sisi mata uang dan keduanya sama-sama penting. Shalat dimaksudkan untuk menghargai cahaya dan cinta yang terkandung dalam ruh kita, sementara zikir berfungsi untuk memperdalam hubungan diri kita dengan ruh. Dari satu sudut pandang kita bergerak maju di jalan spiritual ini, dan dari sudut pandang lain, kita terus berupaya mendekat kepada Tuhan sedekat mungkin yang kita bisa. Allah telah berfirman, dalam hadis qudsi lainnya, "Ada 70.000 selubung antara kau dan Aku, tetapi tidak ada tirai antara Aku dan kau."

Mengapa ada banyak rintangan di jalan spiritual? Ingatlah hadis qudsi yang saya sebutkan di atas, "Aku adalah harta yang tersembunyi dan Aku ingin diketahui. Maka, Kuciptakan makhluk." Jika tidak ada halangan antara kita dan Sang Maha Pencipta maka tidak akan ada *proses* mengetahui. Tidak akan ada bedanya dari keadaan sebelum penciptaan jika yang ada hanya Tuhan Sang Pencipta.

Tuhan menciptakan dunia sehingga kita dapat mengetahui diri-Nya dan mencapai tingkatan penyatuan. Proses mengetahui ini—atau belajar mengetahui—merupakan proses yang sangat penting. Hakikat dasar penciptaan menegaskan, Tuhan adalah harta tersembunyi. Tugas kita adalah mencari harta tersembunyi itu. Jika Allah berkehendak, kita bisa saja menggapai keberhasilan, meski sedikit.

Para malaikat selalu berdoa dan hidup dalam ketaatan mutlak kepada Allah Swt., tetapi ketundukan dan kepatuhan mutlak mereka tidak membuat Allah puas. Karena tidak punya kehendak bebas, mereka tidak pernah berubah, tetap dalam keadaan sebagaimana dulu mereka diciptakan pertama kali. Sebagai manusia, kita memiliki kehendak bebas dan kita bisa menggunakan kehendak itu untuk mencari Tuhan. Kita bisa memilih untuk menjadi lebih dekat kepada Tuhan, atau semakin jauh dari-Nya. Satu tujuan penting dari menggunakan kehendak kita untuk mengenal Tuhan adalah agar kita tunduk dan berserah diri pada Kehendak-Nya. Dia telah memberi kita kehendak bebas, tetapi, sayangnya, kita pun dapat menggunakannya untuk menyakiti diri kita sendiri dan juga orang lain.

Jalan spiritual bukanlah jalan yang lempang, indah, dan mudah dilalui. Kehidupan di dunia pun tidaklah mudah dijalani. Ada banyak rasa sakit dan penderitaan yang dialami manusia di dunia ini.

Bertahun-tahun yang lalu Rabi Zalman Schachter-Shalomi datang mengunjungi Muzaffer Efendi. Rabbi Zalman menyayangi Efendi dan Efendi menyebutnya *muhibb* (secara harfiah berarti "orang yang dicintai" atau "sahabat") dalam tarekat Jerrahi. Muhibb adalah tingkatan pertama dalam rangkaian inisiasi atau baiat. Salah seorang murid Yahudi yang datang bersama Zalman meminta Efendi berdoa agar tercipta perdamaian di Timur Tengah. Murid perempuan itu berkata, "Tuhan menginginkan kita bekerja untuk perdamaian. Taurat mengajarkan bahwa kita semestinya 'menempa pedang-pedang kita menjadi alat bajak.'"

Muzaffer Efendi mundur beberapa langkah dan mendadak saya melihatnya berubah sosok bagaikan seorang pejuang Turki yang hebat. Lalu ia berkata dengan suara yang lantang, "Menempa pedang-pedangmu menjadi alat bajak? Mustahil. Jika kaulakukan itu, tetangga-tetanggamu akan datang membawa pedang-pedang

mereka. Tidak hanya alat bajakmu, mereka juga akan merampas tanah dan harta bendamu! Tuhan tidak menciptakan dunia ini sebagai tempat yang damai dan tenang. Kita diharuskan berjuang, bekerja keras, dan mengatasi berbagai rintangan di dunia ini. Dengan cara itu pulalah kita akan menumbuhkan spiritualitas diri kita."

Kehilangan dan penderitaan, mangsa dan pemangsa akan selalu ada di dunia ini. Tentu saja Tuhan bisa menciptakan dunia ini hanya dihuni kijang dan rusa yang cantik, tanpa pemangsa buas seperti singa atau macan. Tetapi bagaimanapun, hewan herbivora ini memakan tumbuh-tumbuhan yang juga makhluk hidup. Jadi, kijang dan rusa, yang jinak dan cantik itu tetap menimbulkan rasa sakit dan kematian bagi tumbuh-tumbuhan. Siapa yang bilang bahwa nyawa seekor binatang lebih berharga daripada serumpun tumbuhan?

Para predator benar-benar menjaga mangsa mereka. Tanpa keberadaan hewan pemangsa, populasi kijang akan bertambah berlipat-lipat sehingga akhirnya mereka mati kekurangan makanan. Dunia ini berputar berdasarkan siklus kelahiran dan kematian yang dialami semua makhluk. Kehilangan dan kematian itu memang menyakitkan, dan tak terelakkan.

Ketika mengeluhkan tragedi dan derita kehidupan, biasanya kita mengeluhkan berbagai peristiwa yang memengaruhi kita secara langsung. Sungguh sebuah tragedi yang sangat menyedihkan ketika seseorang yang kita cintai meninggal dunia. Namun, kematian ribuan orang di Afrika akibat kelaparan sama sekali tidak membuat kita bersedih. Kita menganggapnya bukan tragedi. Kita jarang mengganggap kematian seekor binatang sebagai tragedi, kecuali jika yang mati itu adalah hewan peliharaan kita. Sementara, dalam pandangan Tuhan apakah nyawa mereka tidak berharga dibandingkan nyawa kita?

Kematian adalah bagian integral kehidupan. Takdir kita adalah berada di sini, di dunia ini, selama beberapa tahun untuk kemudian

mati dan sirna. Tugas kita selama tahun-tahun kehidupan di dunia adalah melakukan yang terbaik dengan waktu yang telah diberikan Tuhan kepada kita.

Menempuh dan mengikuti jalan kebenaran adalah perjuangan yang sangat berat dan penuh tantangan. Mungkin saja kita bekerja keras selama bertahun-tahun tetapi tak kunjung menggapai kesuksesan. Sebagian orang menganggap kita gagal karena tidak menggapai sukses. Padahal, kenikmatannya tidak terletak pada pencapaian tujuan. Kenikmatannya ada ketika berjuang, ketika melakukan apa yang bisa dilakukan. Kita akan lebih berbahagia jika kita menikmati perjalanan ini meskipun dengan susah payah. Keberhasilan bisa saja datang, bisa saja tidak. Itulah Kehendak Tuhan.

Kita tidak dapat mencapai apa pun hanya dengan kehendak dan upaya diri kita sendiri. Apa pun yang kita alami dalam perjalanan spiritual ini merupakan karunia Allah. Kita semua mencari Tuhan dan untuk mencapai-Nya, kita harus menghadapi rintangan dan berbagai keterbatasan kita. Dalam proses ini kita mengetahui betapa kita sangat membutuhkan rida dan pertolongan Allah. Karenanya, proses dan jalannya perjuangan itu sendiri merupakan sebuah pencapaian.

Saya pernah katakan sebelumnya bahwa tasawf adalah laku, praktik, amal nyata. Tasawuf bukanlah teori atau semata-mata filosofi. Tasawuf bukanlah menikmati makanan dan waktu yang indah secara bersamaan. Tasawuf adalah praktik, laku perjuangan.

> Kematian adalah bagian integral kehidupan. Takdir kita adalah berada di sini, di dunia ini, selama beberapa tahun untuk kemudian mati dan sirna. Tugas kita selama tahun-tahun kehidupan di dunia adalah melakukan yang terbaik dengan waktu yang telah diberikan Tuhan kepada kita.

8

Hikayat Ibrahim ibn Adham

Di antara banyak tokoh sufi dan wali besar, saya sangat menyukai Ibrahim ibn Adham. Sebagiannya karena mursyid saya pun menyukainya dan sering menceritakan kisah tentang dirinya.[33] Adham, ayah Ibrahim, adalah seorang darwis miskin yang menetap di Belkh, sebuah pusat budaya dan ekonomi yang terletak di sepanjang Jalur Sutra yang kini termasuk wilayah utara Afghanistan. Adham tinggal di sebuah gua bersama seorang temannya yang merupakan *hakim* dan tabib hebat pada masanya.

Suatu hari Adham melihat seorang perempuan muda berdiri di atas balkon istana. Ketika matanya bersirobok dengan mata perempuan itu, Adham begitu terpesona sehingga ia jatuh pingsan. Saat sadar, ia memberi tahu temannya, "Aku tidak tahu apa yang

[33]*Hazreti* Ibrahim ibn Adham (718-782 M) adalah seorang wali sufi yang terkenal. Sewaktu masih belia, beliau menjadi Sultan Belkh, sebuah negara kota yang kini ada di sebelah utara Afghanistan. Beliau turun tahta untuk menjadi darwis yang miskin. Rujukan utama tentang berbagai kisah dan legenda Ibrahim ibn Adham adalah buku karya Fariduddin Attar yang berjudul *Muslim Saints and Mystics: Episodes from the Tashkirat al-Auliya' (Memorial of the Saints)*, terjemahan A. J. Arberry (London: Routledge and Kegan Paul, 1966).

terjadi. Aku melihat seorang perempuan muda, lalu tiba-tiba aku hilang kesadaran. Kini, aku tidak bisa memikirkan apa pun. Bayangan dirinya terus melekat dalam benakku dan sepertinya, kini tidak ada satu pun yang lain dalam hidup ini yang bermakna bagiku." Teman Adham merawat dirinya di dalam gua hingga kesehatannya pulih kembali.

Di sisi lain, perempuan muda itu pun jatuh cinta pada Adham. Dia adalah salah seorang putri Sultan dan Ratu Belkh. Ia mengirimkan beberapa pelayannya untuk mencari Adham, tetapi tidak seorang pun yang mengetahui siapa dirinya. Mereka mencari Adham selama berhari-hari, tetapi saat itu Adham masih dalam proses penyembuhan di gua. Para pelayan itu pulang kembali ke istana dengan tangan hampa. Mereka tak berhasil menemukan pemuda seperti yang digambarkan tuan putri.

Ketika Adham beranjak sembuh, sang putri jatuh sakit. Para tabib istana tidak bisa melakukan apa-apa untuk memulihkan kesehatannya hingga akhirnya ia jatuh koma. Semua orang berpikir, ia sudah meninggal.

Dengan penuh duka kedua orang tuanya menguburkannya di makam kerajaan, di dalam sebuah gua yang letaknya berdekatan dengan gua sang darwis. Entah bagaimana, Adham merasa yakin bahwa sang putri belum wafat. Cintanya kepada sang putri begitu mendalam sehingga ia tahu dan bisa merasakan bahwa pujaannya itu masih hidup. Kepada sahabatnya Adham menceritakan keyakinannya bahwa sang putri belum meninggal. Kawannya itu, sang tabib, mengatakan bahwa mereka harus segera memeriksa tubuh sang putri karena jika belum mati, ia tidak akan bertahan terlalu lama di dalam kuburan.

Kedua pria itu menggali lubang yang menghubungkan gua mereka dengan makam itu dan mengambil tubuh sang putri. Tabib memeriksa tubuhnya, lalu meramu beberapa herbal, membalurkannya ke bawah hidung sang putri. Tidak berapa lama,

sang putri bangun dari komanya. Ia sadar, membuka matanya, dan bersitatap dengan Adham, sang kekasih yang dicarinya berhari-hari. Adham tidak punya jabatan atau pun harta. Mereka takut kedua orang tua sang putri tidak akan mengizinkan mereka menikah. Karenanya, mereka minta sang tabib untuk menikahkan mereka dan kemudian mereka memutuskan untuk tetap tinggal di dalam gua.

Setahun kemudian mereka dikaruniai seorang putra yang mereka namai Ibrahim. Anak itu tumbuh menjadi anak yang baik hati, cerdas, dan tampan. Ia gemar berkeliling kota dan bermain-main. Suatu hari, Sultan dan Ratu melihat anak tampan itu yang mengingatkan mereka akan putri mereka. Keduanya bertanya-tanya tentang anak kecil itu hingga ia mengetahui namanya dan tempat tinggalnya di pinggiran kota.

Semakin sering mereka melihat Ibrahim, semakin tumbuh rasa sayang pada anak itu. Akhirnya mereka memintanya agar dapat dipertemukan dengan kedua orang tuanya. Mereka bilang ingin mengadopsi anak itu dan orang tuanya serta menjadikannya sebagai cucu angkat. Ibrahim pulang dan menceritakan hal itu kepada orang tuanya. Keduanya sadar bahwa sudah saatnya untuk meninggalkan gua tempat mereka mengasingkan diri. Ketika mereka sampai ke istana, Sultan dan istrinya luar biasa gembira dapat kembali berkumpul dengan putri mereka yang dikira sudah wafat dan menyadari bahwa bocah lelaki yang mereka sayangi itu ternyata benar-benar cucu mereka.

Seiring berlalunya waktu, Ibrahim pun diangkat menjadi sultan Belkh. Ada dua sisi yang menyatu dalam diri Ibrahim: ia anak seorang darwis miskin dan sekaligus seorang putri raja; ia menghabiskan masa kecil di dalam gua dan tumbuh besar di istana. Dari garis ayah ia adalah keturunan sufi, sedangkan dari garis ibu ia adalah keturunan bangsawan penguasa.

Ketika menjadi sultan, Ibrahim ibn Adham bersumpah untuk melayani rakyatnya. Ia melakukan yang terbaik sebagai penguasa. Namun, pada saat yang sama, Ibrahim merindukan Tuhan dan menghendaki kehidupan yang tenang dan sepi. Ia ingin mencurahkan seluruh waktunya untuk mencari Tuhan. Semakin lama, ia merasa semakin terkungkung oleh tugas-tugas duniawi dan tanggung jawab sebagai penguasa kerajaan.

Kisah tentang Ibrahim ibn Adham sesungguhnya terpantul pada diri kita masing-masing. Kita semua memiliki dua sisi sifat yang berbeda. Jiwa kita merindukan Tuhan dan kepribadian kita menginginkan kenikmatan dunia. Kita semua harus menunaikan tanggung jawab duniawi, tetapi kita pun merindukan sesuatu yang lebih luhur, lebih suci.

Ada banyak kisah tentang perjuangan Ibrahim ibn Adham yang terus berusaha menyeimbangkan antara pencarian Tuhan dan pelaksanaan tugas-tugasnya sebagai raja. Diceritakan bahwa suatu hari Ibrahim berbaring di atas ranjangnya setelah menunaikan shalat Subuh. Dia merenung tentang betapa ia menginginkan Tuhan melebihi apa pun di dunia. Kemudian, ia mendengar keributan di atap istana. Ia keluar menuju balkon dan melihat seorang laki-laki sedang berjalan di atas atap istana. Ibrahim bertanya, "Apa yang sedang engkau lakukan di atas sana?"

Laki-laki itu menjawab, "Aku sedang mencari untaku."

Ibrahim menukas terkejut, "Apa kau sudah gila? Bagaimana bisa kau menemukan unta di atas atap istana?"

Laki-laki itu membalas, "Aku bisa menemukan untaku di atas atap istanamu sama seperti kau dapat menemukan Tuhanmu saat sedang berbaring di atas ranjang kesultananmu."

Dewasa ini, ada pembimbing spiritual yang menyampaikan pesan-pesan spiritual ketika kita tidak mengharapkannya. Mursyid saya, Safer Efendi, menceritakan perjumpaan aneh yang dialaminya bertahun-tahun silam. Ketika masih menjadi darwis muda, ia pergi

ke Bursa dengan mursyidnya, Fahridden Efendi, untuk shalat Jumat di masjid agung Bursa, Ulu Jami. Safer Efendi ingin sekali shalat di sana karena konon para wali besar selalu datang untuk shalat Jumat di masjid itu.

Kota itu berjarak cukup jauh dari Istambul dan mereka hampir terlambat tiba untuk shalat Jumat. Jemaah penuh sesak sehingga mereka terpaksa duduk di barisan paling belakang. Selama shalat Jumat berlangsung, Safer Efendi merasa kesal berada di barisan belakang, padahal menurut riwayat, berkah shalat Jumat hanya didapatkan orang-orang yang datang lebih awal. Safer Efendi juga meyakini bahwa para wali duduk di barisan depan. Ketika shalat Jumat usai, pria yang duduk di sampingnya menoleh dan berkata, "Kami tidak selalu duduk di depan." Lalu laki-laki itu bangkit dan beranjak pergi. Safer tersentak, seakan baru disadarkan dari tidur yang sangat panjang.

Ibrahim ibn Adham menerima pesan-pesan semacam itu. Suatu hari satu kafilah memasuki halaman istana. Sang pemimpin kafilah membawa semua orang masuk dan memerintahkan untuk mendirikan tenda. Ibrahim berteriak, "Apa yang kalian lakukan?"

"Kami sedang mendirikan tenda supaya kami dapat bermalam."

"Ini bukan penginapan. Ini istana kerajaan, bukan tempat bermalam untuk pengembara."

"Ah, yang benar? Kau ini siapa?"

"Aku sultan. Aku tinggal di sini."

"Siapa yang tinggal di sini sebelum dirimu?"

"Kakek dan nenekku."

"Dan siapa yang tinggal di sini sebelum mereka?"

"Kakek buyutku."

"Sebelum mereka?"

"Kakek dari kakek buyutku."

"Jadi apa perbedaan antara istana ini dan penginapan? Satu orang datang dan pergi, yang lain datang dan pergi. Sama saja."

Ada banyak utusan, pesan, dan pengingat lainnya yang datang di setiap waktu dan setiap tempat. Jika memperhatikan dengan saksama, kita akan mengetahui dan mengikuti pesan atau utusan itu.

Ibrahim ibn Adham berjuang untuk mengikuti seruan, ajakan, dan pesan semacam itu yang terus mengingatkannya pada pencarian Tuhan. Kita semua pernah mengalami konflik batin semacam ini, ketika kita merasakan keinginan besar untuk berubah dan menempuh jalan pencarian, tetapi ego kita menyerukan jalan yang berbeda. Ibrahim ibn Adham berpikir, "Aku sangat ingin menjadi darwis. Mungkin nanti saja saat aku sudah pensiun sebagai sultan."

Kita semua pernah mengungkapkan dalih seperti ini: "Aku akan serius menempuh jalan tasawuf kelak jika aku punya waktu lebih luang," atau "Mungkin nanti kalau sudah pensiun," atau "Nanti kalau anak-anakku sudah besar," atau "Suatu saat kelak aku akan abdikan diriku sepenuhnya untuk mencari Tuhan." Kita merasa punya jaminan akan hidup begitu panjang serta memiliki kekuatan dan vitalitas untuk menempuh jalan spiritual ini.

Ibrahim berpikir, ia harus melayani rakyatnya dan mereka *membutuhkan* dirinya. Maka, ia mengabaikan seruan dan peringatan yang mengajaknya pada pencarian Tuhan. Suatu hari, ia pergi berburu bersama sahabat-sahabatnya. Saat mereka makan siang, seekor burung menukik dan menyambar sepotong roti dari piring sang sultan. Ibrahim menyadari, sesuatu yang aneh sedang berlangsung dan ia pun mengikuti burung itu. Ketika sampai di sebuah daerah terbuka, Ibrahim melihat burung itu menjatuhkan roti ke dalam mulut seorang laki-laki yang tubuhnya terikat ke pohon.

Melihat Ibrahim, laki-laki itu berkata, "Tolong, bisakah kau melepaskan ikatan ini? Aku sudah terikat berhari-hari, berharap seseorang datang dan menolongku."

"Apa yang terjadi padamu? Bagaimana kau bertahan hidup selama berhari-hari dengan tubuh terikat seperti ini?"

"Aku dirampok para bandit. Mereka mengikat dan kemudian meninggalkanku begitu saja. Burung-burung membawakan makanan untukku setiap hari dan hujan turun setiap hari sehingga aku hanya perlu membuka mulut untuk minum."

Saat itulah Ibrahim menyadari bahwa Tuhan senantiasa merawat semua ciptaan-Nya. Dia sadar bahwa dirinya hanyalah alat untuk mewujudkan kehendak Tuhan dan bahwa rakyatnya membutuhkan pertolongan Tuhan, bukan dirinya. Akhirnya, Ibrahim memutuskan untuk meninggalkan istananya dan mencari seorang guru yang dapat membantunya mencari Tuhan. Dia sadar, kerajaannya akan baik-baik saja meskipun ia pergi meninggalkannya. Dia tahu, pencarian Tuhan lebih penting ketimbang tugas-tugas duniawinya.

Setelah meninggalkan istana, Ibrahim berkhalwat, tinggal di gua dan mengabdikan diri untuk shalat dan berzikir. Seakan-akan ia mengikuti lingkaran hidupnya yang sempurna. Ia dilahirkan di gua, tumbuh besar di istana, lalu kembali lagi menetap di gua. Setelah khalwat di gua itu selama beberapa waktu, Ibrahim beranjak pergi untuk mencari guru.

Ibrahim ibn Adham menemukan guru sufinya di Baghdad. Dia belajar bersama mursyidnya selama beberapa tahun, kemudian mursyidnya menyuruhnya mengembara. Katanya, "Pengembaraan akan mendidik dan melatihmu. Kembalilah ke kerajaanmu dan pelajari apa yang bisa kaupelajari. Dengan mengenakan baju darwis, tak seorang pun yang akan mengenalimu. Jangan bilang pada siapa pun bahwa dulu kau adalah sultan Belkh. Nanti saat kau kembali ke sini, aku ingin mendengar apa saja yang telah kaupelajari."

Ibrahim ibn Adham kembali ke kerajaannya dan tidak ada seorang pun yang mengenalinya. Bagi mereka, ia hanyalah seorang darwis pengelana biasa. Dalam pengembaraan itu ia bertemu dengan sesama pengembara miskin. Dengan nada bercanda ia

berkata kepadanya, "Aku yakin, karena tunawisma, kau tidak akan mendapatkan apa-apa."

Lelaki itu menjawab, "Apa yang kaubicarakan? Tentu saja aku mendapatkan sesuatu. Kau sendiri bagaimana?"

Ibrahim berseru, "Aku akan membeli kerajaan Belkh dan sepertinya aku akan mendapatkan harga yang cocok!"

Ibrahim tiba di Belkh pada malam hari. Dia pergi ke masjid agung yang dulu dia bangun ketika masih menjadi sultan. Setelah shalat Isya, Ibrahim duduk di keremangan cahaya, tenggelam dalam zikir. Sang muazin memasuki masjid untuk memastikan situasi baik-baik saja karena seseorang telah mencuri salah satu karpet masjid beberapa hari sebelumnya. Pada zaman itu orang-orang kaya sering menghibahkan karpet-karpet mahal ke masjid ketika mereka mendapatkan keuntungan bisnis.

Si muazin melihat seseorang duduk di keremangan dan dia langsung berpikir, orang itulah yang telah mencuri karpet masjid. Ia menganggap telah menangkap basah si maling. Dia berteriak, "Nah, kau tidak bisa kabur kali ini!" Ibrahim ibn Adham tidak mengucapkan sepatah kata pun. Dia terus berzikir melafalkan nama-nama Tuhan. Si muazin mencengkeram kaki Ibrahim dan menyeretnya keluar dari masjid. Kemudian ia menarik Ibrahim menuruni tangga batu masjid itu.

Kepala Ibrahim terantuk anak tangga pertama. Ia sadar, ia punya pilihan, apakah memilih sikap marah atau mengasihani dirinya sendiri. Ia bisa menerima pengalaman ini, termasuk rasa sakitnya, sebagai karunia dari Allah. Dia berkata kepada dirinya, "Sesuai kehendak Allah. Aku pasrahkan diriku pada Kehendak Allah." Dengan sikap penerimaan seperti itu, rasa sakit yang tadi dialaminya berubah menjadi semacam esktase. Ketika kepalanya terantuk anak tangga-anak tangga berikutnya, ekstase yang dirasakannya semakin dalam dan indah. Akhirnya, tubuh Ibrahim jatuh terkulai, kepalanya penuh benjolan. Namun, satu senyuman

tulus tersungging di bibirnya. Dia berkata pada dirinya, "Ya Allah, andai saja dulu aku membangun masjid ini dengan lebih banyak anak tangga."

Di kemudian hari, Ibrahim mengenang kembali pengalaman itu sebagai salah satu momen spiritual terbaik dalam hidupnya.

Sebagai seorang darwis, seluruh perjalanan hidup menjadi momen spiritual, termasuk juga kehilangan, kematian, kegembiraan, dan keberhasilan. Banyak pengalaman luar biasa yang dialami Ibrahim berasal dari pengalaman yang menyakitkan. Pada salah satu musim dingin yang luar biasa menggigit, seseorang memberinya sebuah jaket lawas. Jaket berlapis bulu domba itu penuh dengan kutu. Bertahun-tahun kemudian Ibrahim berkomentar, "Malam itu aku tidak bisa tidur karena kutu-kutu terus-menerus menggigiti diriku. Itu adalah momen spiritual yang hebat."

Di lain waktu, Ibrahim berada di atas kapal. Ia mengenakan pakaian tua penuh tambalan yang secara jelas menunjukkan dirinya adalah pengembara yang miskin. Orang-orang lain di atas kapal itu mengolok-oloknya. Bahkan, salah seorang di antara mereka mendatanginya, lalu menendangi dan mencubiti tubuhnya. Kapal itu kecil sehingga tidak ada tempat bagi Ibrahim untuk menghindar dari lelaki itu. Lalu cuaca memburuk dan kapal terombang-ambing hebat. Para penumpang memutuskan untuk melempar seseorang keluar dari kapal karena mereka yakin, salah satu penumpang menjadi penyebab kesialan ini. Tentu saja mereka memilih Ibrahim. Kelak, Ibrahim menuturkan, "Mereka meringkusku dan melemparku ke air laut yang dingin menusuk. Tetapi bagiku, itu pun merupakan momen spiritual."

Entah bagaimana, ujian yang dialami Ibrahim semakin meneguhkan dan memperdalam keimanannya kepada Tuhan, hubungannya dengan-Nya, dan cintanya kepada-Nya.

Kita sering bicara tentang tunduk pada kehendak Tuhan. Kita biasanya menanggapi rasa sakit dan penderitaan dengan sikap

marah atau mengasihani diri sendiri. Kita *dapat* saja menyikapinya dengan mengatakan, "Ini berjalan sesuai dengan kehendak Allah." Namun, kita kerap mengedepankan nafsu dan tidak berusaha menyerahkan diri kepada Allah. Perasaan kita akan menjadi lebih baik dan lebih nyaman jika menyadari bahwa hanya manusia yang mampu bersikap pasrah. Kita semua punya kapasitas untuk hidup di dunia dan selalu mengingat Tuhan. Kita dapat menggunakan semua pengalaman untuk membuat kita lebih dekat kepada Tuhan. Itulah arti menjadi manusia sejati, darwis sejati (ketika menyebut manusia "sejati" atau darwis "sejati," yang saya maksud adalah mereka yang menggunakan kapasitas yang telah diberikan Tuhan. Mereka yang hatinya terbuka, mencintai dan mengasihi. Mereka telah mengembangkan kecerdasan yang dianugerahkan Tuhan. Mereka telah mengembangkan iman dan hidup mereka dipenuhi pelayanan dan ingatan kepada Tuhan).

Ibrahim akhirnya menyelesaikan pengembaraan dan kembali ke Baghdad. Pada zaman itu Baghdad adalah kota bertembok tinggi dengan empat gerbang besar-besar. Sewaktu Ibrahim mendekati kota, gurunya mengatakan kepada para darwis lain bahwa dia telah kembali (mursyid sejati tahu datang dan perginya darwis mereka. Mursyid "sejati" adalah mereka yang telah memurnikan nafsu mereka dan mendapatkan akses pada kebijaksanaan dan pemahaman hati mereka). Sang mursyid berkata, "Aku mau kalian pergi ke gerbang kota dan mencegahnya memasuki kota. Kemudian, kembalilah dan ceritakan kepadaku apa yang terjadi."

Setelah semua ujian dan penderitaan yang dialaminya, Ibrahim sangat ingin menemui gurunya terkasih. Namun, saat sampai di gerbang pertama, sekelompok darwis menghalangi langkahnya. Ibrahim mencoba melewati mereka, tetapi mereka membentuk barisan dan memaksanya tetap di luar gerbang. Ketimbang memilih berkelahi dengan saudaranya sesama darwis, dia pergi ke gerbang

berikutnya dan kembali menemukan sekelompok darwis lain menghadangnya. Dia pun pergi ke gerbang ketiga dan keempat.

Menyadari semua gerbang masuk kota dihalangi, Ibrahim mulai mendesak kelompok darwis di gerbang keempat sambil berkata, "Permisi, aku mau bertemu guruku. Ini sudah menjadi kewajibanku." Saat ia memaksa masuk, seorang darwis muda yang kelewat semangat menendang betisnya hingga otot kering Ibrahim robek. Ia mengalami pendarahan dan rasa sakit luar biasa, tetapi Ibrahim tidak marah. Ia hanya berpaling dan berkata, "Saudaraku, apakah kalian tidak mengenaliku? Aku Ibrahim ibn Adham, saudara kalian. Aku bukan lagi sultan Belkh."

Semua orang kembali kepada sang mursyid yang kemudian meminta Ibrahim menceritakan pengalamannya selama mengembara. Di akhir kisah, Ibrahim menuturkan upayanya untuk memasuki kota Baghdad. "Para darwis menghalangiku di semua gerbang kota. Mereka tidak membolehkan aku memasuki kota. Di gerbang keempat aku sadar bahwa aku tidak akan bisa menemuimu kecuali memaksa mereka memberiku jalan. Aku minta maaf kepada mereka karena telah berbuat begitu."

"Apa lagi yang terjadi?"

"Sudah, itu saja."

Sang mursyid bertanya kepada darwis-darwis yang lain, "Apa lagi yang terjadi?"

Seorang darwis muda, dengan malu-malu menuturkan bahwa ia sudah menendang kaki Ibrahim. Ia bilang bahwa Ibrahim bahkan tidak marah kepadanya dan hanya berkomentar bahwa ia saudara mereka, bukan lagi sultan Belkh.

Sang mursyid tersenyum tipis dan berpaling kepada Ibrahim. "Ah anakku," ujarnya, "perjalananmu belum selesai. Perasaan sebagai sultan masih ada dalam dirimu."

Menanggalkan masa lalu kita bukanlah pekerjaan yang mudah. Masa lalu selalu datang dan lekat dalam pikiran sehingga

memengaruhi sikap dan perilaku kita di masa sekarang. Agar kita menyadari siapa diri kita saat ini, biasakanlah menanyakan pada diri sendiri: "Siapa sesungguhnya dirimu?" Saya selalu ingat ungkapan Ibrahim: "Aku bukan lagi sultan Belkh" dan juga komentar sang mursyid, "perasaan sebagai sultan masih ada dalam dirimu." Karenanya, sangat penting untuk memperhatikan keyakinan kita tentang siapa diri kita sesungguhnya. Kebanyakan kita lebih terikat pada apa yang disebut "identitas" kita daripada kepunyaan kita.

Bertahun-tahun kemudian, Ibrahim bertemu dengan seorang pemabuk yang sedang berbaring tak sadarkan diri di jalanan. Dari mulutnya tercium bau tajam minuman keras. Ibrahim berpikir, "Mulut laki-laki ini pasti pernah melantunkan doa-doa. Mulut ini pasti pernah menyebut Nama-Nama Allah. Mulut ini harus dibersihkan." Ibrahim langsung mengambil air segar dari sumur terdekat dan membersihkan mulut lelaki itu. Malam itu sebuah suara terdengar dalam mimpi Ibrahim, "Kau sudah membersihkan mulut demi Aku. Karenanya, Aku membersihkan hatimu."

Setiap momen adalah momen untuk melayani dan memberikan manfaat. Kita selalu berkata, "Ingatlah Tuhan dan layanilah orang lain," tetapi seberapa sering kita benar-benar mengamalkannya? Tindakan Ibrahim merupakan salah satu contoh baik "sikap melayani". Memberikan pelayanan tidak melulu melibatkan gerak tubuh. Kita bisa memberikan pelayanan dengan cara apa pun. Kadang-kadang sesuatu yang sangat kecil yang kita lakukan menjadi sesuatu yang paling penting.

Di Barat, mabuk-mabukan adalah hal yang biasa. Di dunia muslim, minuman keras dilarang dan mabuk-mabukan tidak bisa ditoleransi seperti di Barat. Namun, orang yang hatinya terjaga melihat segala sesuatu dalam hubungannya dengan Kehadiran Tuhan. Seperti itulah keadaan Ibrahim. Bahkan, orang mabuk pun mengingatkan Ibrahim ibn Adham kepada Allah.

Suatu hari Ibrahim mendatangi pemandian umum yang banyak tersebar di pelosok kota-kota Islam saat itu. Biaya untuk mandi di pemandian umum itu hanya beberapa perak, tetapi biasanya para darwis dan pengembara miskin lain dibolehkan masuk tanpa membayar. Namun, saat Ibrahim datang, si penjaga pemandian bersikeras agar ia membayar. Dia berteriak kepada Ibrahim, "Kau tidak boleh masuk kecuali membayar karcisnya."

Ibrahim mulai menangis dan jatuh ke tanah. Ia terus mengucurkan air mata dan orang-orang pun datang berkerumun. Mereka menanyakan apa yang terjadi. Seseorang menjelaskan bahwa penjaga pemandian tidak membolehkan Ibrahim masuk karena ia tidak bisa bayar karcisnya. Beberapa orang menawarkan diri untuk membayarinya, tetapi Ibrahim berseru, "Bukan itu masalahnya!" Ia pun kembali menangis.

Akhirnya Ibrahim menjelaskan, "Mereka bilang segala sesuatu yang ada di dunia mencerminkan kehidupan akhirat. Ketika si penjaga pemandian umum berkata, 'Kau tidak bisa masuk kecuali membayar karcisnya,' aku bertanya pada diriku sendiri, apakah aku punya biaya untuk membayar karcis ke surga? Bagaimana aku bisa tahu bahwa aku akan punya biayanya? Apa aku pantas masuk surga?"

Ibrahim mulai menangis lagi dan semua orang yang ada di situ juga mulai menangis. Semua orang yang menyimak perkataannya bertanya-tanya apakah mereka punya "biaya" ketika Hari Kebangkitan tiba?

Suatu hari Ibrahim berbicara dengan seorang budak. Ia bertanya kepada si budak, "Mereka memanggilmu siapa?"

Si budak menjawab, "Namaku adalah apa pun yang dikatakan majikanku. Apa saja sebutan junjunganku untukku, itulah namaku."

"Apa yang kaumakan?"

"Aku makan apa pun yang tuanku berikan kepadaku."

"Apa yang kaukenakan?"

"Aku mengenakan apa saja yang diberikan tuanku."

"Apa yang kaulakukan?"

"Aku melakukan apa saja yang diperintahkan tuanku."

Ibrahim menangis keras. Dia berkata di sela-sela tangisannya, "Seandainya aku bisa mengikuti Tuhan seperti dia menuruti tuannya!"

Ketika Ibrahim ke Makkah untuk pertama kalinya, semua orang mendengar kabar kedatangan wali besar itu. Para sesepuh kota menyiapkan sebuah pesta untuknya dan mengutus para pelayan mereka untuk mengawalnya memasuki kota. Para pelayan itu menjumpai seorang pengembara miskin yang kotor. Mereka bertanya, "Kami datang untuk menemui wali Ibrahim ibn Adham. Kami diberi tahu bahwa ia datang hari ini."

Ibrahim membalas, "Apa peduli kalian dengan Ibrahim ibn Adham? Dia sebenarnya bukan orang beriman. Dia itu munafik dan kafir."

Para pelayan itu marah mendegar ucapannya dan mulai memukuli Ibrahim. Pengembara miskin itu bersikeras mengatakan bahwa Ibrahim ibn Adham adalah seorang munafik, bahwa reputasi besarnya adalah palsu. Setelah lelah memukuli, para pelayan itu meninggalkan Ibrahim dalam keadaan tergeletak di pinggir jalan. Ibrahim berkata kepada egonya, "Ah, kau terlalu senang mendengar kabar para sesepuh Makkah yang ingin menyambutmu. Lihatlah, apa yang telah kaudapatkan."

Kemudian Ibrahim menetap di Makkah dan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya ia bekerja keras mengangkut barang-barang berat dan tidak pernah menerima sedikit pun sedekah dari siapa pun.

Allah mendidik dan mengajari Ibrahim ibn Adham melalui aneka ragam fenomena hidup yang dialaminya setiap hari. Saat tumbuh berkembang di jalan spiritual, ia menyadari bahwa segala hal yang menimpa dirinya merupakan bagian perjalanan ruhani.

Segala sesuatu yang dilihat dan dialaminya mengingatkan dirinya akan Tuhan dan semakin memperdalam hubungannya dengan Tuhan.

Sebenarnya kita juga mampu melakukan hal yang sama. Namun, apakah kita bisa mencapainya atau tidak, itu tergantung pada usaha kita dan Rahmat Allah. Ibrahim ibn Adham tidak dilahirkan sebagai seorang wali. Dia berjuang dan mengusahakannya. Ia terus berupaya menempuh jalan spiritual sepanjang hidupnya. Ia dilahirkan sama seperti kita semua. Satu-satunya perbedaan adalah para wali dan nabi bekerja keras menempuh jalan kebenaran. Mereka terus mengembangkan kesabaran dan kecintaan kepada Tuhan. Mereka juga mengalami ujian yang lebih berat dan kesulitan yang lebih banyak daripada kita.

Kita menganggap sulit dan berat meninggalkan dunia meski hanya secuil, sementara Ibrahim ibn Adham meninggalkan istana, dan tahta kekuasaannya. Kita menganggap susah untuk mengingat Tuhan dalam kehidupan sehari-hari yang nyaman. Sementara bagi Ibrahim, berbagai ujian dan kesulitan yang dirasakannya justru semakin memperkuat dan memperdalam ingatannya kepada Allah.

Para wali senantiasa ingat Tuhan sepanjang waktu. Hidup mereka penuh dengan ibadah dan pelayanan. Kita biasanya melihat dunia semata-mata dalam kaitannya dengan kebutuhan dan keinginan kita. Jika ada orang yang menyalip mobil kita di jalan tol, kita marah. Kita sangat kesal ketika seseorang mengkritik apalagi mencela kita. Saat seseorang berbuat buruk atau mengkritik, kita berkata pada diri sendiri, "Betapa lancangnya mereka mengkritikku! Tentu saja aku yang benar dan mereka yang salah. Lagi pula, motif mereka dalam mengkritikku tidaklah murni."

Maka, alih-alih kesal dan marah ketika kendaraan kita disalip di jalan bebas hambatan, tanggapilah dengan mengatakan, "Alhamdulillah, ya Allah, Kau mengingatkanku untuk berlatih sabar. Jika aku berjalan pelan-pelan, mungkin aku terhindar dari

kecelakaan." Ketika dikritik, sebaiknya katakanlah, "Ya Allah, Kau telah bicara melalui mulut orang ini. Apa yang Kau coba sampaikan kepadaku? Aku harus mendengarkannya meskipun aku tidak menghendakinya."

Meniru Para Wali

Kita bukanlah wali, tetapi kita bisa meniru mereka. Kita dapat meniru dan mengikuti para guru spiritual atau bahkan para Nabiyullah—Nabi Musa a.s., Daud a.s., Isa a.s., dan Muhammad saw.

Bahkan, apa lagi yang bisa kita lakukan? Inilah yang semestinya kita lakukan. Kita harus selalu ingat doa seorang wali-sufi besar, *Hazreti* Rabiah al-Adawiyah: "Ya Allah, jadikanlah peniruanku menjadi nyata." Kita seharusnya tidak main-main dengan diri kita. Doa dan amal ruhani yang kita lakukan adalah peniruan yang paling baik. Dalam salah satu hadis, Nabi Muhammad saw. bersabda, "Kerjakanlah shalat seperti kalian melihatku mengerjakannya." Dengan kata lain, beliau meminta kita untuk meniru tindakannya, bentuk lahiriah shalatnya. Beliau mengetahui bahwa itulah yang terbaik yang dapat kita lakukan. Kita semestinya bersyukur karena beliau tidak mengatakan, "Shalatlah seperti shalatku." Sebab, bagaimana kita bisa mendirikan shalat dengan iman dan ketaatan seperti Rasulullah saw.? Shalat seperi shalatnya Rasulullah saw. adalah sesuatu yang mustahil bagi kita, yang tingkatan iman dan ketaatannya jauh lebih lemah.

Nabi Muhammad saw. tidak pernah mengumandangkan seruan shalat. Beliau khawatir Allah mungkin tidak akan memaafkan kaum muslim yang mendengar seruan beliau tetapi tidak juga pergi memenuhi seruannya. Demikian pula jika beliau memerintahkan, "Kerjakanlah shalat seperti aku mengerjakannya," kita akan berdosa setiap kali mendirikan shalat karena kita tidak bisa shalat dengan

ketakwaan mendalam seperti Nabi saw. Untunglah kita hanya diminta untuk mengikuti bentuk lahiriah shalat beliau. Hanya itulah yang diminta dari kita: meniru.

Ketika berzikir, kita meniru para wali yang terilhami untuk memuliakan Tuhan dengan bentuk ibadah yang khusus. Kita meniru cara mengingat Allah sebagaimana yang dilakukan para wali. Dan, jika Allah berkehendak, dalam beberapa tingkat Dia dapat membuat peniruan kita menjadi nyata. Selayaknya kita terus mengamalkan bentuk lahiriah zikir seraya berharap zikir kita semakin dalam dan kita akan mengetahui Kehadiran Tuhan dalam diri dan di sekeliling kita. Tetapi kita tidak boleh membodohi diri sendiri dan berpikir bahwa zikir kita sama dengan zikir para wali, yang sekian lama kita jadikan contoh. Niatkanlah untuk memulai berzikir, berdoa, dan terus menetapi amal ibadah. Jika kita berniat dengan tulus dan berupaya dengan ikhlas, kita bisa berharap Tuhan akan memberikan pahala atas upaya kita.

Tugas kita adalah menyusuri jalan spiritual ini, mengingat apa yang sedang kita tirukan dan berharap Tuhan akan membuatnya menjadi nyata. Sedikit yang kita lakukan mungkin dianggap cukup jika Allah berkehendak. Dalam sebuah hadis qudsi Allah berfirman, "Jika kau mengambil satu langkah mendekati-Ku, Aku akan melangkah sebanyak sepuluh langkah menujumu. Jika kau berjalan ke arah-Ku, Aku akan berlari ke arahmu." Jadi kita berharap langkah-langkah kecil kita menuju Tuhan dapat benar-benar membawa kita sepuluh langkah lebih dekat kepada-Nya. Niat itu penting dan harus diikuti dengan tindakan.

Tobat Seorang Penjahat

Agar secara bertahap kita dapat terus mendekati Tuhan, kita harus memurnikan niat dan kemudian bertindak berdasarkan

niat tersebut. Setelah itu, kita berserah diri kepada Allah dan mengharapkan rahmat-Nya. Sebuah kisah sufi yang terkenal mengilustrasikan proses itu dengan indah:

Dahulu kala ada seorang penjahat yang memutuskan untuk meninggalkan kehidupannya yang penuh dengan kejahatan dan kekerasan. Ia bertanya kepada seorang imam yang terkenal untuk meminta nasihat. Ia bercerita kepada sang imam, "Aku sudah membunuh sembilan puluh sembilan orang, baik laki-laki, perempuan, maupun anak-anak. Apakah mungkin Allah memaafkan perbuatanku?"

"Apa kau membunuh dalam peperangan?"

"Tidak. Aku seorang penjahat. Aku penjahat yang terkenal, Mustafa si Durjana. Aku yakin kau pernah mendengar tentangku."

"Bagaimana bisa Allah mengampunimu? Kau membantai orang yang tak bersalah. Kejahatanmu sungguh tak terampuni. Sudah pasti kau masuk neraka atas perbuatanmu itu."

Sang imam terus mengoceh tentang kejahatan yang dilakukan Mustafa, penderitaan yang ditimbulkannya pada keluarga korban yang telah dibantainya, dan bagaimana ia mustahil diselamatkan. Mustafa menjawab, "Yah, kalau begitu lebih baik aku menggenapkannya jadi seratus." Dia langsung menghunus pedangnya dan membunuh imam itu.

Si penjahat tak merasa puas. Jadi, ia menemui seorang mursyid dan berkata, "Aku telah membunuh seratus orang; yang terakhir adalah seorang imam. Aku sudah membunuh lelaki, perempuan, dan anak-anak. Mungkinkah Allah mengampuni diriku yang hidup bergelimang kejahatan?"

Sang mursyid menjawab, "Allah itu Maha Pengasih, Maha Pengampun. Tuhan telah berfirman bahwa Rahman dan Rahim Ilahi itu lebih besar daripada Keadilan dan Murka-Nya. Tapi, kau harus bertobat secara ikhlas dan mengubah hidupmu. Jika kau terus hidup seperti ini, niscaya kau masuk neraka. Namun, jika kau bertobat dan

mengubah hidupmu, kau dapat berharap mendapatkan Rahman Tuhan. Selain itu, berdoalah agar Allah mau menerima tobatmu."

Sang mursyid lalu berkata, "Di mana kau tinggal?"

"Aku tinggal di perkampungan penjahat di perbukitan yang berjarak beberapa kilometer dari sini. Kami yang tinggal di sana semuanya adalah penjahat."

"Kau harus tinggalkan tempat itu. Kau harus bersumpah dengan ikhlas untuk mengubah hidup lamamu dan meninggalkan teman-temanmu. Tinggalkan kampung penjahat dan pindahlah ke desa terdekat yang penduduknya jujur dan takut pada Tuhan."

"Kau pikir itu akan berhasil?"

"Karena Allah itu Maha Pengasih, mungkin saja tobatmu diterima. Hanya itu nasihat yang bisa kuberikan kepadamu. Ikutilah jika kau mau selamat dari jilatan api neraka."

Mustafa sepakat. Dia pulang, mengemas barang-barangnya, dan berangkat menuju desa terdekat yang penduduknya takut kepada Allah. Namun, takdir berkata lain. Baru saja kakinya berjalan beberapa langkah meninggalkan perkampungan penjahat, Mustafa mati.

Saat tubuhnya terkulai ke tanah, sepasukan malaikat penjaga neraka muncul untuk membawa ruhnya. Pada saat yang sama, sepasukan malaikat penjaga surga datang dan bersikukuh, *merekalah* yang berhak atas ruh Mustafa. Para malaikat penjaga neraka pun bersikeras menyatakan bahwa penjahat itu tidak punya harapan untuk masuk surga karena dia sangat bengis dan telah membunuh seratus orang—laki-laki, perempuan, dan anak-anak yang tidak berdosa, bahkan termasuk seorang imam. Para malaikat penjaga surga berargumen bahwa ia sudah bertaubat. Ia dengan ikhlas memutuskan untuk berubah dan bertindak berdasarkan niatnya. Sejak saat bertemu sang mursyid, ia tidak pernah melakukan kesalahan. Dan dia telah berusaha keras berubah. Jadi, jelaslah bahwa ia telah memulai babak kehidupan yang baru.

Para malaikat neraka berkata, "Beberapa langkah ke arah yang benar tidaklah cukup. Itu tidak bisa dibandingkan dengan hidupnya yang penuh dengan kejahatan dan pembunuhan. Seratus orang telah dibunuhnya. Jiwanya milik kami!"

Kedua kelompok malaikat terus bertengkar. Mereka akhirnya meminta kepada Malaikat Jibril untuk menjadi penengah. Setelah mendengarkan argumen kedua belah pihak, Jibril mengatakan bahwa dia tidak bisa mengambil keputusan. Dia pergi menemui Tuhan dan bertanya apakah penjahat itu harus masuk surga atau neraka. Allah berfirman, "Ambillah alat pengukur Ilahiah-Ku. Ia akan mengukur jarak antara jasadnya dan perkampungan penjahat dan kampung orang beriman. Kampung mana yang lebih dekat akan menentukan nasibnya. Jika ia lebih dekat dengan kota penjahat, ia akan masuk neraka. Kalau dia lebih dekat dengan kota orang beriman, dia akan masuk surga."

Jibril membawa alat pengukur itu dan menyampaikan titah Allah kepada para malaikat. Para malaikat penjaga neraka merasa senang. Mereka yakin akan memenangkan perselisihan dan membawa ruh Mustafa ke neraka. Lalu Jibril mengukur jarak antara jasad si penjahat dengan perkampungan penjahat. Alat pengukur itu langsung menjulur sepanjang dua kaki sampai ke tembok desa penjahat. Kemudian dia mengukur jarak antara jasad itu dan kampung orang beriman. Tatkala alat pengukur itu mulai memanjang, tembok kota orang beriman maju hingga berjarak lebih dekat satu kaki dari jasad sang penjahat.

Kisah ini mengingatkan kita akan kasih sayang dan ampunan Allah. Kisah ini menunjukkan bahwa Tuhan mungkin saja akan mengampuni kita sebesar apa pun dosa yang kita lakukan di masa lalu. Dia akan mengampuni dan mengasihi kita jika kita menunjukkan pertobatan yang tulus dan serius. Rahmat dan kasih sayang Allah bekerja secara ajaib setiap hari.

Kisah ini juga mengingatkan pentingnya niat dan bertindak berdasarkan niat itu. Tidak diperlukan biaya atau tenaga besar untuk berniat. Setiap orang bisa menunjukkan dan memiliki "niat yang baik". Setiap orang bisa membuat resolusi Tahun Baru yang baik. Namun, hanya sebagian kecil yang bertindak berdasarkan niat mereka. Hanya sebagian kecil yang mempraktikkan dengan penuh ketekunan apa yang telah mereka niatkan. Ingalah, tindakan kita membuat niat kita menjadi nyata.

Mungkin di antara kita tidak ada yang mengalami secara persis pengalaman yang dituturkan dalam kisah-kisah di atas. Tak seorang pun dari kita pernah meninggalkan tahta kerajaan seperti yang dilakukan Ibrahim ibn Adham; tak seorang pun dari kita yang merasa nikmat ketika kepalanya terantuk anak tangga. Namun, kisah-kisah itu mengingatkan kita pada potensi kita untuk memiliki kehidupan ruhani yang lebih dalam. Kisah-kisah itu memberi tahu apa yang bisa kita capai sebagai manusia, sebagai khalifah Allah di muka bumi. Teladan dari para wali seperti Ibrahim ibn Adham dapat mengubah konsepsi kita tentang diri kita sendiri. Kita dapat mengingat Tuhan yang telah menjadikan diri kita sebagai peranti Ilahiah untuk melayani semesta. Kita dapat berdiri tegak dan bangga sebagai ciptaan Tuhan. kita semua memiliki sepercik cahaya Tuhan dalam diri kita dan kita selalu berada dalam liputan Kehadiran Tuhan.

Dikisahkan bahwa Ibrahim ibn Adham selalu dalam posisi tegak, baik saat duduk maupun berdiri. Ia tidak pernah membungkuk atau bersandar. Ketika duduk, dia selalu duduk seperti saat shalat. Sewaktu seseorang bertanya mengapa ia selalu duduk tegak sempurna, ia menjawab, "Pada suatu hari di tahun-tahun pertamaku sebagai darwis, aku duduk santai dan bersandar pada sebuah bantal. Lalu terdengar satu suara yang lembut, 'Kau tidak boleh duduk seperti ini ketika shalat. Lalu, apakah saat ini kau menganggap tidak berada dalam kehadiran Tuhanmu?' aku sadar

bahwa aku selalu dalam Kehadiran Tuhan dan sejak saat itu aku merasa tidak pernah bisa membungkuk atau bersandar."

Itulah sosok dan kepribadian Ibrahim ibn Adham dan kita pun bisa meniru dirinya, insya Allah.

9

Kerja Batin

Sebagai sufi, amal-amal ruhani yang kita lakukan merupakan bagian integral kehidupan kita sehari-hari. Kita tidak menghabiskan waktu setiap hari hanya untuk mengerjakan shalat dan merenung. Sebagai manusa, kita harus bekerja mencari bagian kita dari kehidupan dunia; kita harus berusaha menafkahi keluarga dan mencari cara untuk melayani ciptaan Allah dalam kehidupan sehari-hari. Idealnya, semua bentuk hubungan manusia merupakan kesempatan untuk memberikan pelayanan kepada seluruh makhluk dan juga pengingat akan Kehadiran Tuhan.

Dua Sisi Tasawuf

Ada dua target yang berusaha diraih para salik di jalan tasawuf. Pertama adalah pengembangan cinta dan keimanan dan yang kedua adalah pelemahan nafsu yang narsistik. Kedua target itu terus diperjuangkan para salik dengan cara mengamalkan praktik dan laku tasawuf seperti yang diajarkan para mursyid. Keduanya laksana dua sayap seekor burung; seekor burung membutuhkan kedua sayapnya untuk bisa terbang. Sisi yang pertama adalah

memperdalam cinta kita kepada Tuhan, membuka hati kita, belajar mencintai, dan meneguhkan keimanan kita. Sisi kedua ialah menjadi manusia yang lebih dewasa yang tidak terlalu dipengaruhi ego atau nafsu.

Upaya meraih kedua sisi tasawuf ini dapat dimulai dengan mengakui bahwa kita semua memiliki ego yang kerap menjerumuskan dan mengarahkan kita pada kehancuran. Kita semua cenderung suka membanggakan diri, bahkan bersikap sombong. Akibat dominasi ego, kita kerap merasa kesal, jengkel, bahkan marah ketika seseorang mengatakan bahwa kita sombong. Kita kesal dan marah karena tidak pernah meluangkan waktu untuk melihat diri kita sendiri apa adanya. Kita tidak pernah melakukan introspeksi dan mengenali kepribadian kita yang sesungguhnya. Situasi seperti itu membuat kita makin sulit untuk berubah.

Praktik dan amal yang kita lakukan di jalan tasawuf dimaksudkan untuk mengembangkan karakter diri, atau bahkan untuk kembali kepada karakter asali yang kita miliki sejak dilahirkan. Saya tidak pernah melihat seorang bayi lahir dan memiliki karakter yang buruk. Kita semua dilahirkan dalam keadaan yang murni, alami, dan suci. Dengan bekerja keras serta rahmat Allah, kita dapat kembali pada karakter asali kita.

Al-Quranul Karim memuji Nabi Muhammad saw. dengan mengatakan bahwa beliau memiliki akhlak atau karakter yang sangat terpuji. Saya memilih lebih baik bersama dengan orang yang berakhlak baik daripada dengan orang yang pintar atau sukses tetapi berakhlak buruk.

Tidak ada jaminan bahwa amal dan laku lahiriah yang bisa diamati, seperti shalat, puasa di bulan Ramadan, atau menunaikan ibadah haji, akan mengubah kepribadian seseorang menjadi lebih baik. Banyak muslim yang tekun beribadah, rajin menjalankan shalat dan berpuasa, serta amal ibadah lainnya, tetapi tetap saja

memiliki sifat angkuh dan merasa yakin bahwa dirinya lebih baik daripada kebanyakan orang lain.

Salah satu wujud akhlak atau karakter yang baik adalah memedulikan orang lain sebagaimana kita memedulikan diri sendiri. Dalam sebuah hadis yang terkenal, Nabi saw. bersabda, "Tidak ada seorang pun dari kalian akan menjadi mukmin sejati kecuali dia mencintai orang lain sebagaimana mencintai dirinya sendiri."

Suatu hari seorang sufi yang juga wali, *Hazreti* Ibrahim ibn Adham berada di pinggiran kota. Seorang prajurit mendatanginya dan bertanya, "Di manakah pusat populasi masyarakat di daerah ini?" Ibrahim menunjuk pemakaman. Prajurit itu naik pitam dan memukul Ibrahim begitu keras hingga pingsan.

Seseorang memberi tahu prajurit itu, "Kau baru saja memukuli Ibrahim ibn Adham, seorang wali besar. Sungguh kau telah melakukan perbuatan yang sangat buruk." Si prajurit langsung berlari mengambil air dan membasuh wajah Ibrahim. Ia meminta maaf dan memohon sang wali mengampuninya.

Ibrahim berkata, "Tentu saja aku mengampunimu. Bahkan sebelum aku jatuh pingsan aku berdoa kepada Allah agar kau masuk surga."

"Benarkah?"

"Benar. Sebab, aku merasa senang, Allah mengirimkan kepadaku sebentuk hukuman yang aku tahu pantas kudapatkan dan aku tidak ingin menjadi satu-satunya yang mendapatkan manfaat dari hukuman itu. Tentu saja aku mendoakanmu."

Sikap yang ditunjukkan Ibrahim ibn Adham itu sungguh sangat berat untuk ditiru. Ketika kita mengalami sesuatu peristiwa yang sulit dan menyakitkan, jarang terlintas pikiran atau ingatan bahwa hal itu mengingatkan kita kepada Tuhan; tidak pernah terlintas untuk menjadikan kesulitan itu sebagai sarana untuk semakin mendekatkan diri kita kepada-Nya. Orang yang selalu merasakan Kehadiran Tuhan akan lebih memedulikan orang lain dibanding diri

Tidak ada seorang pun dari kalian akan menjadi mukmin sejati kecuali dia mencintai orang lain sebagaimana mencintai dirinya sendiri.

atau egonya sendiri. Seperti itulah yang dilakukan Ibrahim ibn Ahdam. Dengan tulus ia mendoakan kebaikan kepada orang yang telah menghinda dan menyakitinya.

Dikisahkan pula bahwa suatu ketika Ibrahim ibn Adham berjalan menuju rumahnya ketika tiba-tiba muncul seorang pria dan mulai melontarkan kata-kata yang menyerangnya. Suara lelaki itu semakin kencang mengujarkan kata-kata yang menghina dan merendahkan sang sufi sehingga Ibrahim menghentikan langkahnya dan berkata, "Mari kita berdiri di sini saja, lalu sampaikanlah unek-unek dan kekesalanmu hingga tuntas. Aku tidak mau terus berjalan karena kita semakin mendekati rumahku dan tetangga-tetanggaku mungkin marah jika mendengar apa yang kau ungkapkan sehingga mereka menyakitimu."

Lihatlah perbedaan pola pikir kita dengan pikiran sang sufi. Jika kita dihina, direndahkan, dan dimarah-marahi di tengah perjalanan, mungkin kita berharap segera tiba di lingkungan rumah kita agar orang yang menghina kita mendapatkan pelajaran. Sebaliknya, Ibrahim ibn Adham, alih-alih marah, justru memedulikan keselamatan orang yang menghinanya.

Pada setiap perjumpaan dan pergaulan kita dengan sesama, dapatkah kita mencoba bersikap baik kepada semua orang yang kita temui serta melayani orang lain tanpa berharap akan dilayani kembali? Dapatkah kita terus memberikan pelayanan, tanpa peduli apakah orang lain memuji atau mengkritik apa yang kita lakukan, dan tanpa peduli apakah mereka menyukai kita atau tidak? Sungguh mudah membantu seseorang yang menyukai kita. Itu bukanlah pencapaian. Menjadi seorang darwis menuntut kesiapan kita untuk

membantu semua orang, termasuk mereka yang tidak menunjukkan sikap baik kepada kita.

Suatu hari seorang mursyid pergi mengunjungi seorang kenalannya. Pria yang dikunjunginya berkata, "Maafkan aku, tetapi rumahku belum siap menerima tamu. Tolong kembali lagi lain waktu."

Sang mursyid kembali lagi beberapa hari kemudian. Sekali lagi pria itu berkata, "Mohon maaf. Rumahku masih belum siap menerima tamu." Kejadian ini berlangsung hingga tiga empat kali. Setelah beberapa kali penolakan, akhirnya si lelaki itu menerima sang mursyid dan mereka duduk bersama menikmati teh. Sang mursyid bertanya, "Rumahmu kelihatannya baik-baik saja. Memang ada masalah apa sebelumnya?"

Tuan rumah berkata, "Aku tengah menguji cintamu. Aku ingin melihat apakah kau cukup peduli untuk terus datang setelah kularang beberapa kali."

Sang mursyid menukas, "Tidak apa-apa. Seekor anjing akan kembali jika kauusir. Tetu saja seorang darwis seharusnya lebih baik daripada seekor anjing."

Mengembangkan akhlak yang baik dan terpuji akan melemahkan dominasi ego. Lebih efektif mengembangkan kebiasaan positif ketimbang terus mencela dan menyalahkan diri sendiri. Kita akan lebih banyak berubah melalui cinta dan dukungan ketimbang melalui kritik. Alih-alih melemahkan dominasi ego dengan api kritikan dan celaan, lebih baik mengembangkan akhlak dan kebiasaan yang baik. Jika kita mengembangkan akhlak yang baik, kita akan mengurangi keegoisan dan keangkuhan kita. Saat kita mulai mengembangkan dan membangun karakter yang baik, kita akan melihat bagaimana ego akan terus berupaya menghalanginya.

Sebagai langkah awal, mulailah untuk bersikap lebih peduli dan lebih perhatian kepada orang lain. Kurangilah dominasi ego dan sikap serta perilaku mementingkan diri sendiri. Dengan melatih diri

untuk terus peduli, kita akan semakin peka terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain. Kita dapat saling mendengarkan secara lebih saksama dan melayani mereka lebih baik. Dapatkah kita berdoa dan mengharapkan kebaikan bagi orang lain bukan ketika mereka bersikap baik dan manis kepada kita, melainkan saat mereka mengecam, menghina, dan bersikap buruk kepada kita? Dapatkah kita tetap melayani dan bersikap baik kepada orang yang egois dan tidak menyenangkan?

Sikap untuk terus berupaya melayani orang lain akan mengubah kepribadian kita. Pelayanan yang dimaksudkan di sini bukan semata-mata memberi derma atau bantuan material. Namun, bisakah kita menjadikan *sikap melayani dan memberi manfaat sebagai kebiasaan dan karakter diri kita?* Sebagai contoh, ungkapan dan kata-kata yang lembut atau tatapan penuh kasih mungkin lebih baik daripada pemberian uang atau barang tanpa ketulusan hati.

Ketulusan Hati

Baru-baru ini saya menonton sebuah film yang menggugah berjudul *The World's Fastest Indian.* Film ini dibuat berdasarkan kisah seorang Selandia Baru bernama Burt Munro. Munro memiliki sebuah sepeda motor bermerek Indian buatan tahun 1920 yang dikendarai dan digunakannya untuk balapan selama bertahun-tahun. Ia sudah membukukan rekor di Selandia Baru dan ingin pergi ke dataran garam di Bonneville, Utah, sebuah tempat yang mencatatkan semua lomba kecepatan di darat. Pada 1962, meskipun menderita sakit jantung, Munro menggadaikan rumahnya, naik perahu menuju Los Angeles, dan berlayar menuju Utah.

Karakter Burt Munro diperankan dengan sangat apik oleh Anthony Hopkins. Ketika anak-anak Munro datang menyaksikan proses pengambilan gambar, mereka tersentuh hingga menitikkan

air mata melihat akting Hopkins. Mereka tersentuh melihat Hopkins berhasil menangkap esensi kesantunan dan kejujuran ayah mereka.

Film itu menunjukkan betapa Munro selalu bersikap baik, hormat, dan santun kepada siapa pun. Dia berperilaku layaknya seorang darwis sejati. Ini sangat berbeda dari peran macho, kasar, dan egois yang biasa kita temukan dalam banyak film. Karena Munro jujur dan baik hati, semua orang melakukan yang terbaik untuk membantunya. Nyaris semua orang yang Munro temui menjadi temannya dan membantunya dalam perjalanan.

Munro meninggalkan Selandia Baru dengan hanya sedikit uang. Ketika sampai di Los Angeles, ia membeli sebuah mobil bekas. Pemilik tempat penjualan mobil bekas membolehkan Munro menggunakan bengkelnya untuk membangun sebuah karavan untuk sepeda motornya. Dia dan sang pemilik bengkel menghabiskan waktu semalaman mengelas karavan itu. Ketika sang pemilik melihat cara Munro memperbaiki mobilnya, ia berkata, "Jika kau mau pekerjaan, kembalilah ke sini. Tanganmu benar-benar piawai." Sebagai ungkapan terimakasih karena diperbolehkan menggunakan bengkel itu, Munro memperbaiki sebagian mobil bekas di tempat itu tanpa dibayar. Munro adalah orang yang jujur, peduli, dan apa adanya. Semua orang di sekelilingnya memantulkan kembali sikap yang sama kepadanya.

Munro menjalani hidup yang tenang di Selandia Baru. Ketika sampai di kota Los Angeles, ia bermalam di sebuah hotel di kawasan Hollywood. Resepsionis hotel itu seorang waria dan tanpa sikap yang canggung Munro menunjukkan keramahan yang tulus kepadanya meskipun belum pernah berjumpa dengan seorang waria sebelumnya. Si resepsionis merasa tersanjung dengan kebaikan Munro sehingga membawanya keliling kota. Munro tidak pernah lupa bahwa resepsionis hotel itu adalah manusia. Tidak pernah sekalipun ia menunjukkan sikap yang merendahkan. Ia menciptaan

hubungan yang sebenarnya dengan sang resepsionis, seperti yang dilakukannya kepada semua orang yang dijumpainya.

Tatkala Munro akhirnya tiba di Bonneville, ia diberi tahu bahwa ia harus mendapatkan izin untuk mengikuti balapan (sebelum itu, ia tak pernah tahu bahwa ia harus mengajukan izin). Para pejabat yang berwenang di Bonneville kaget saat mengetahui bahwa sebagian *sparepart* motornya itu buatan tangan, bannya telah diganti, tidak ada rem, dan tidak ada parasut untuk berhenti di ujung lintasan. Namun, sebagian pecinta sepeda motor merasakan ketulusannya dan menolongnya sehingga ia bisa ikut balapan. Tahun itu ia membukukan rekor balap sepeda motor kecil dengan kecepatan 178,9 kilometer per jam, meski motor Indiannya sebenarnya dirakit untuk kecepatan maksimum 55 kilometer per jam. Munro kemudian kembali lagi ke Bonneville dan mencatat lebih banyak rekor kecepatan.

Ucapan dan perbuatan kita sesungguhnya mengungkapkan keadaan dan karakter batin kita. Sikap dan niat itu penting. Kita bisa membaca sifat dan sikap seseorang melalui ucapannya. Membangun karakter butuh waktu seumur hidup dan salah satu cara untuk mengembangkannya adalah selalu sadar, peduli, dan penuh perhatian ketika berbicara dan memperlakukan orang lain.

Tentu saja cara itu membutuhkan perjuangan dan kesungguhan tekad. Sebab, kita lebih mudah membantu dan bersikap baik kepada orang yang bersikap baik, berpakaian bagus, dan menghargai kita. Tetapi, bagaimana sikap kita saat berhubungan dengan orang yang sangat berbeda dari kita, misalnya dengan orang fakir dan gelandangan? Apakah kita akan memperlakukan orang itu dengan rasa hormat dan hati yang terbuka? Selain menjadi film yang bagus, *The World Fastest Indian* menggambarkan bagaimana seorang manusia yang sederhana dan tulus menjadi seorang darwis yang lebih baik daripada kebanyakan kita.

Menyepi dan Menyendiri

Salah satu amal tasawuf yang sangat penting adalah *halvet* atau khalwat. Kita bisa berkhalwat di rumah meskipun hanya beberapa jam. Kita tidak mesti menghabiskan waktu berbulan-bulan atau bertahun-tahun menyepi di sebuah gua. Kita hanya perlu meluangkan sebagian kecil waktu kita untuk benar-benar menyepi dan menyendiri. Kata-kata sering kali bertentangan dan memicu konflik, baik konflik individual maupun sosial sehingga melatih sikap diam amaltlah berharga. Kita dikelilingi begitu banyak perkataan yang sepele dan tanpa makna sehingga semestinya kita banyak melatih diri untuk diam. Sekain lama kita bicara terlalu banyak dan terlalu sedikit menikmati keheningan. Dengan menjalani khalwat dan berdiam diri, kita dapat lebih menghargai kata-kata ketika kita berbicara. Salah seorang guru saya mengatakan, "Kata-kata adalah senjata. Jangan membuang-buang amunisimu."

Saya sangat menganjurkan setiap orang untuk menghabiskan waktu sekurang-kurangnya satu hingga dua jam seminggu untuk "berkhalwat"—berada dalam keadaan sunyi dan menyendiri. Kita semua mampu menyisihkan sedikit waktu ini untuk memperkaya kehidupan ruhani kita. Berkhalwat menuntut kita untuk menyendiri tanpa dering telepon, televisi, radio, komputer, dan sebagainya. Saat-saat khalwat adalah saat-saat perenungan. Setiap hari sepanjang hidup kita menghadapi kata-kata yang mengalir deras sehingga kita tak lagi menghargainya. Kita dikelilingi begitu banyak informasi yang tidak bisa kita serap. Akibatnya, kita mengalami "salah cerna" intelektual dan spiritual. Agar kehidupan kiat seimbang dan agar kita lebih menghargai kata-kata, kita harus meluangkan waktu untuk diam dan menyendiri. Kita harus menyisihkan waktu untuk mengaji Al-Quran dan membaca tulisan-tulisan penuh inspirasi dari para guru sufi yang luar biasa hebat.

Ngaji Al-Quran

Nabi Muhammad saw. mengajarkan, "Jika hari ini sama dengan hari kemarin, berarti hari ini merugi." Dengan kata lain, sebagai muslim kita diperintahkan untuk belajar, berubah, dan terus berkembang dari waktu ke waktu. Jika kita tidak berkembang, berarti kita mandek. Rasulullah saw. juga mengajarkan, "Tuntutlah ilmu hingga ke negeri Cina." Sabda Rasulullah saw. ini menunjukkan betapa pentingnya ilmu dan pembelajaran bagi seorang muslim. Sumber ilmu dan pembelajaran yang paling penting bagi kita adalah Al-Quranul Karim.

Pada bagian ini saya akan menuturkan beberapa prakti men-dasar dalam pembelajaran atau pengkajian Al-Quran. Safer Efendi, semoga Allah melimpahkan karunia kepadanya, mengajarkan kepada saya untuk mencari ayat-ayat yang memiliki makna istimewa bagi diri saya pribadi. Ia menyarankan, "Biarkan matamu memindai Al-Quran dan ketika sesuatu tertangkap, catatlah."

Bacalah hingga Anda menemukan ayat yang menyentuh hati dan perasaan Anda. Kemudian habiskan waktu untuk mencermati, menelaah, dan merenungi ayat tersebut. Sebelum menelaah dan mencermati makna ayat tersebut, bacalah terlebih dahulu secara saksama karena kita akan mendapat pahala kebaikan dengan membacanya. Bahkan, hanya mendengarkannya pun akan memberi kita pahala kebaikan. Lagi pula, ayat-ayat Al-Quran merupakan ungkapan Kebenaran Tuhan yang disampaikan kepada umat manusia. Setelah membaca bahasa aslinya, bacalah terjemahannya. Bacalah secara perlahan dan nikmatilah kata-kata suci itu. Biarkan kata-kata itu meresap dalam jiwamu.

Perhatikan, bagian mana yang paling menyentuh dan paling berkesan bagi Anda dari ayat tersebut. Apakah ada frasa atau kata yang menggugah Anda? Catatlah kata atau frasa tersebut. Gambarkan bagaimana bagian itu menyentuh perasaan Anda, apa

maknanya, dan apa hubungannya dengan situasi yang tengah Anda hadapi saat itu.

Setelah itu Anda bisa meninjau ulang, mencermati lagi apa saja yang sudah Anda tulis. Dengan cara itu, Anda akan teringat kembali pada perasaan dan kesan yang Anda alami ketika pertama kali digetarkan ayat itu. Mungkin Anda juga akan melihat sesuatu yang baru ketika melihat dan merenungi kembali ayat itu. Perasaan dan pemikiran baru yang Anda dapatkan itu merupakan tanda bahwa potensi ruhani Anda mengalami perkembangan dan Anda menjadi lebih memahami.

Kadang-kadang kita merasa gelisah dan frustrasi karena merasa tidak mengalami perkembangan. Banyak darwis yang mengeluh kepada saya dan menyampaikan kegelisahan serupa. Saya juga kerap merasa demikian. Dalam situasi seperti itu saya selalu kembali kepada Al-Quran, menelaah ayat demi ayatnya, dan menangkap ayat yang dirasa paling menggugah dan paling menyentuh. Atau, saya mencermati lagi ayat-ayat pilihan dan menemukan kembali makna baru yang sesuai dengan apa yang sedang kita alami saat ini. Idealnya, kita dapat mengatakan, "Alhamdulillah, kini aku bisa memahami sesuatu yang tidak kupahami sebelumnya. Mungkin Allah telah membukakan sedikit kecerdasan hatiku."

Ini adalah pembelajaran yang sebenarnya, bukan belajar untuk lulus seperti di dunia pendidikan formal. Dalam pembelajaran seperti ini, kita membaca ayat-ayat Al-Quran lalu menyisihkan waktu untuk merenungi apa yang telah kita baca. Nabi Muhammad saw. mengajarkan, "Satu jam berpikir lebih baik daripada shalat 60 tahun lamanya."

Kita dapat membaca lagi berulang-ulang ayat yang menyentuh kita. Bacalah dan biarkan maknanya meresap ke dalam jiwa, kemudian renungi kembali dan catatlah. Renungkanlah beberapa lapis makna yang berbeda-beda yang muncul dari setiap pembacaan. Sebagian alim mengatakan bahwa setiap ayat Al-Quran memiliki

tujuh lapis makna. Muzaffer Efendi pernah berkata, "Bukan, setiap firman Tuhan memiliki *tujuh puluh ribu* lapis makna!" Dengan kata lain, makna setiap kata dan setiap kalimat tidak terhingga banyaknya.

Pengkajian kitab suci seperti ini dapat ditemukan dalam banyak tradisi. Ini termasuk tradisi yang telah lama dipraktikkan kaum Kristen, termasuk para pendeta dan orang saleh di antara mereka. Cara ini pula yang dipraktikkan para wali dan cendekiawan muslim untuk membaca Al-Quran.

Setiap kata, setiap ayat, setiap surah dalam Al-Quran adalah wahyu. Karena Al-Quran adalah wahyu dari Allah, kita tidak pernah bisa memahaminya secara utuh. Jika kita bisa memahami satu atau beberapa ayat Al-Quran dengan kecerdasan kita yang terbatas maka pemahaman kita itu bukanlah wahyu yang bersumber dari yang Tak Terbatas. Merenungkan dan memahami ayat-ayat suci Al-Quran akan membuat kita semakin dekat kepada Tuhan.

Kata-kata yang paling suci sekalipun tidak akan memberi kita pencerahan jika kita tidak mencernanya. Ini seperti memasukkan makanan ke mulut, memuntahkannya, lalu mengatakan, "Makanan ini tidak enak. Aku tidak mendapatkan manfaat darinya." Kita harus mencerna apa yang kita masukkan. Jangan mengambil kesimpulan sebelum kita mencerna dan memahami. Kita harus "mengunyahnya" lebih dulu. Jadi bacalah berulang-ulang, dari waktu ke waktu. Pikirkan apa yang telah Anda baca dan *rasakanlah.*

Kita juga bisa menggambarkan bayangan yang terinspirasi kata-kata dalam ayat Al-Quran itu. Mungkin sebagian kita pernah bermimpi melihat gambaran yang sangat kuat sehingga jiwa kita terpengaruh mimpi tersebut. Banyak darwis yang pernah mendapatkan ajaran luar biasa indah melalui mimpi. Namun, semua mimpi itu hanya akan tetap menjadi mimpi jika kita tidak berusaha melakukan perubahan dalam diri sendiri. Sama halnya,

kata-kata tidak begitu penting, karena yang lebih penting adalah pencerapan dan pemahaman terhadap makna-maknanya.

Luangkan waktu setidaknya setengah jam dalam seminggu untuk duduk dan mengkaji ayat-ayat Al-Quran secara serius. Ambillah ayat yang Anda ketahui. "Ayat-ayat cahaya", misalnya, kerap dianggap sebagai sebentuk puisi yang paling mengguncang dunia. Perhatikanlah "ayat-ayat cahaya" berikut ini:

> *Allah cahaya langit dan bumi. Umpama cahaya-Nya laksana lubang tak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu di dalam kaca (dan) kaca itu bagaikan bintang (yang bersinar) bak mutiara yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang diberkahi. Pohon zaitun yang tumbuh tidak di timur dan tidak pula di barat. Minyaknya (saja) nyaris menerangi, walaupun tidak disentuh api. Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis).*[34]

Kita dapat memulai dengan ayat-ayat yang ringan, ayat yang kerap kita lantunkan, atau yang telah jadi favorit kita. Sisihkan waktu yang cukup luang sehingga kita dapat menikmati keindahan ayat-ayat itu serta kedalaman lapisan maknanya. Luangkan lagi waktu di saat yang berbeda, dan baca kembali ayat-ayat itu. Jika bisa, bacalah ayat itu dalam bahasa Arab dan tulis ulang dalam bahasa Arab pula. Lalu, tulis maknanya dalam bahasa yang kita pahami, kemudian renungkanlah keseluruhan makna ayat itu. Lantunkan beberapa kali dan perhatikan apa yang terjadi—dari sisi mental, fisikal, dan emosional—ketika Anda membacanya dengan suara yang agak keras. Mungkin jika selama ini Anda terbiasa membaca dengan suara yang sangat pelan, atau bahkan tanpa suara, cobalah untuk membacanya dengan suara yang lebih keras. Rasakanlah perbedannya. Membaca Al-Quran dengan suara yang lebih keras akan menyentuh hati kita lebih dalam daripada membacanya tanpa

[34]QS al-Nûr (24): 35.

suara karena Al-Quran diturunkan untuk dibaca dengan suara yang dikeraskan.

Seperti yang saya tulis sebelumnya, Nabi Muhammad saw. mengajarkan bahwa setengah jam merenung itu kebaikannya sama dengan shalat selama 60 tahun. Apakah ungkapan Rasulullah saw. itu tidak cukup meyakinkan? Ataukah kita berharap Nabi mengungkapkan hadis lain yang lebih tegas tentang nilai penting perenungan? Tentu saja perenungan yang dimaksud di sini bukanlah melamun atau berkhayal. Merenung yang setara dengan shalat adalah merenungkan ciptaan Allah sehingga kita mendapatkan percik cahaya Ilahi yang terpapar pada seluruh semesta.

Apa artinya kontemplasi atau merenung? Laku dasarnya sederhana. Biasakanlah menyisihkan satu atau dua jam dalam seminggu. Sebagai permulaan, mulailah dengan surah Surah al-Fâtihah, dan lihat apa yang bisa Anda temukan pada surah yang pendek ini. Menurut riwayat, yang menjadi esensi shalat dan esensi Al-Quran adalah ayat pembukanya: *bismillâhirahmânirrahîm*—dengan Nama Allah yang Maha Pengasih Maha Penyayang." Hanya pada surah pertama inilah *bismillâh* dianggap bagian surah itu sendiri. Pada surah-surah yang lain *bismillâh* dianggap sebagai pendahuluan surah.

Esensi ayat pertama ini ada pada kata *bismillâh*; esensi *bismillâh* ada pada huruf pertama, *bâ*, dan esensi *bâ* ada pada titik di bawah *bâ*. Penjelasan ini menggambarkan betapa banyak lapis makna yang terkandung dalam surah ini.

Bagian mana pun dari Al-Quran dapat membuka hati kita dan membimbing kita—surah apa saja, ayat apa pun, dan kalimat, bahkan kata apa pun. Tingkatan spiritual kita memang tidak akan meraih kebenaran agung dari satu huruf Al-Quran, seperti yang bisa dicapai para wali, tetapi setidaknya mungkin kita bisa mendapatkan inspirasi dari satu atau beberapa ayat Al-Quran.

Kata-kata dapat memengaruhi dan mengubah kita. Karenanya, kita harus berhati-hati dan mempertimbangkan kata-kata yang akan kita sampaikan. Jangan menganggap remeh kata-kata yang kita ungkapkan, terutama kata-kata yang kita gunakan untuk berdoa dan berzikir mengingat Allah. Dikatakan bahwa setiap kata dalam Al-Quranul Karim merupakan utusan Ilahi. Tuhan mengirimkan kata-kata itu kepada kita sebagai pelajaran dan inspirasi. Setiap kata dalam Al-Quran mengandung begitu banyak lapisan makna sehingga satu kata dalam Al-Quran bagaikan satu buku jika kita mampu membaca dan mengungkapnya.

Perhatikan Langkah Awal

Dikisahkan, ada seorang darwis dari keluarga yang sangat miskin dan tidak pernah belajar membaca dan menulis. Ia pegi menemui seorang guru bahasa Arab yang tinggal di salah satu sudut kota. Pada masa lalu, banyak guru yang tidak punya kelas sendiri; mereka duduk di luar dan memberikan pelajaran kepada siapa saja yang mendatangi mereka. Guru yang didatangi darwis fakir ini menuliskan pelajarannya di dinding kota.

Darwis itu mendatanginya dan berkata memohon, "Guru, aku ingin belajar bahasa Arab agar aku bisa membaca Al-Quran. Aku tahu usiaku lebih tua daripada murid-murid yang lain, tetapi aku punya keinginan kuat untuk belajar."

Sang guru menjawab, "Jika kau ingin mempelajari Al-Quran, aku akan senang mengajarimu. Mari kita awali dengan huruf-huruf Arab. Huruf pertama adalah *alif*, bentuknya sederhana, hanya garis lurus. Huruf *alif* tidak dilafalkan. Ia menjadi tempat bagi huruf vokal."

Sang darwis membungkuk dan berkata, "Terima kasih. Terima kasih Guru," kemudian beranjak pergi.

Sang guru berpikir, "Biasanya aku mengajarkan alfabet Arab sampai habis pada pertemuan pertama. Mengajari orang ini pasti akan lebih lambat. Mungkin ia akan kembali besok dan belajar beberapa huruf lagi."

Sang darwis tidak kembali keesokan harinya atau minggu-minggu berikutnya. Bulan-bulan pun berlalu hingga sang darwis kembali. Matanya berbinar-binar dan wajahnya tampak sumringah. Ia membungkuk sangat dalam kepada guru bahasa Arabnya dan berkata, "Guru, sekarang aku sudah siap untuk belajar huruf kedua."

Sang guru berkata dalam hati, "Akan butuh waktu lama untuk mengajari bahasa Arab pada orang ini." Tetapi yang meluncur dari lisannya adalah, "Coba kita lihat apa yang sudah kaupelajari dari huruf pertama. Tolong tuliskan huruf *alif* di dinding."

Sang darwis pun menuliskan huruf *alif,* dan ajaib, tembok kota itu runtuh seketika.

Apa penyebabnya? Bisa jadi tembok kota itu runtuh karena ketulusan sang darwis. Banyak orang yang ribuan kali menuliskan *alif* tanpa terjadi apa pun. Sang darwis memahami alif jauh lebih dalam daripada kita semua. Baginya, *alif* adalah huruf pertama dari bahasa Tuhan, bahasa yang dengannya Al-Quran diturunkan. Ia meyakini, *alif* adalah huruf yang menakjubkan dan dengan sangat tulus ia merenungi satu huruf ini selama berbulan-bulan.

Alif melambangkan penyatuan (*ahad*), satu dari 99 Nama atau Sifat Allah. Sang darwis memahami penyatuan melalui pemahamannya terhadap *alif.* Huruf itu merupakan jendela yang melaluinya ia memahami Tuhan dan saat menuliskan *alif,* ia melibatkan Kehadiran Tuhan. Karena itulah tembok kota itu runtuh.

Andai saja saya tahu perenungan seperti apa yang dilakukan dan dicapai darwis itu! Namun, bagi kita saat ini, setidaknya kita bisa memulai langkah perenungan dengan meluangkan satu atau dua jam dalam seminggu untuk membaca, memikirkan, menulis, dan tafakur.

Kisah ini mengingatkan kita agar bersikap sabar dan tawaduk dalam menempuh laku spiritual. Kita sering kali bersikap tergesa-gesa dan melakukan sesuatu secepat mungkin. Bersikap sabar dan fokus pada awal langkah akan memungkinkan kita melangkah lebih jauh. Kita sering kali ingin loncat agar segera tiba pada tujuan tanpa menyadari apa yang terkandung pada pelajaran paling dasar.

Ketika kita mendirikan shalat, setiap gerakan shalat menggambarkan huruf-huruf yang berbeda. Berdiri tegak membentuk huruf *alif*; rukuk membentuk huruf *dâl* ; sujud membentuk huruf *mîm*. Rangkaian etiga huruf itu membentuk kata *âdam*, yang artinya manusia.

Kesungguhan dan ketulusan dalam belajar juga dibutuhkan dalam zikir dan shalat. Ketika melaksanakan shalat, kita harus berupaya agar setiap gerakan dimaksudkan untuk menghadirkan Allah dalam hati kita. Muzaffer Efendi mengajarkan, "Ketika membaca *lâ ilaâa illallâh*—tiada tuhan selain Allah—kita harus memahami, kata *lâ* berarti 'tidak ada'. Kata *lâ* terdiri atas huruf *lâm* dan *alif*. Kedua huruf itu jika disatukan akan tampak seperti sapu kecil. Maka, *lâ* adalah sapu yang membersihkan hati kita. Ia membersihkan hati dari debu berhala dan segela keterikatan duniawi yang sekian lama kita tumbuhkan di dalamnya."

Ketika membaca *lâ ilâha*, 'tiada tuhan', kita palingkan kepala ke kanan. Karena sebagian besar kita bukan kidal, ini mengandung arti berpaling ke bagian yang aktif. Sepanjang hidup, tangan kanan kita menggenggam banyak hal dan mencoba mengendalikan segala sesuatu di sekitar kita. Gerakan ini dilakukan sambil mengucapkan *lâ ilâha* yang menegaskan penolakan pada semua itu. Kita katakan "tidak" pada ambisi-ambisi kita yang memusat pada diri sendiri. Kita katakan "tidak "pada cara-cara yang biasa kita gunakan dalam interaksi kita dengan semesta. Kita tegaskan bahwa Tuhan tidak dapat ditemukan pada semua aktivitas yang didasari dan terpusat pada ego.

Kemudian kita palingkan kepala ke kiri, lalu menunduk ke arah hati kita dan mengucapkan *illallâh*—selain Allah. *Lâ ilâha* membersihkan hati yang menjadi tempat ibadah dan *illallâh* menempatkan Allah pada altar hati. Kita tempatkan Tuhan dalam hati kita yang sudah bersih dari segala sembahan dan keterikatan dengan yang lain. Hati adalah tempat ibadah ilahiah yang dibangun Tuhan sebagai tempat Dia bersemayam.

Saat berzikir, ketika membaca *Allâh*, kita palingkan kepala ke kiri lalu menundukkannya. Sekali lagi kita tempatkan Tuhan dalam hati kita. Pengulangan kata *Allâh* atau *lâ ilâha illallâh* dapat membawa pada keadaan ekstase. Pengulangan tunggal salah satu Nama Allah dapat mengubah kita.

TANYA:

Membaca Nama-Nama Allah yang berbeda membuatku merasa berbeda. Ketika aku melafalkan *yâ hayy* (Wahai Yang Mahahidup), aku merasa seluruh diriku berbeda. Bagaimana itu bisa terjadi?

JAWAB:

Sesungguhnya setiap sel dalam tubuh kita itu hidup. Jadi, seluruh sel senantiasa bergetar dengan dan digetarkan Sifat atau Nama *Hayy*—Mahahidup. Semua yang ada di jagat raya eksis melalui Nama *Hayy*.

Ketika berzikir, perhatikanlah embusan napas kita. Sebab, tarikan dan embusan napas sangat memengaruhi jiwa dan pikiran kita. Napas semua darwis harus menjadi satu sehingga seolah-olah kita semua bernapaskan dan melafalkan *Yâ Hayy*. Kemudian, sadarilah bahwa kita semua tidaklah terpisah; kita harus menyatu dan mengikuti panduan yang sama. Kita tidak berzikir dengan sikap "Aku punya ritme dan gerak sendiri. Aku berzikir dengan gayaku sendiri". Ada sebagian tarekat yang

berzikir dengan cara seperti itu. Tapi, bagi kita, yang paling penting adalah menghadirkan rasa penyatuan dengan darwis yang lain. Penyatuan dan kebersamaan kita bagaikan magnet yang menarik kita menuju Penyatuan dengan Tuhan.

Zikir berkelompok yang kita lakukan bukanlah laku individual, melainkan laku komunitas yang dilakukan bersama-sama. Ketika berzikir, tak seharusnya kita berpikir bahwa kita melakukannya seorang diri tanpa perasaan menyatu dengan orang lain. Sebab, masing-masing kita menyatu dan tak terpisahkan dari sesuatu yang lebih besar. Kita harus berupaya menjadi kelompok yang bersatu dalam zikir dan, dalam pengertian lebih dalam, kita berupaya berhubungan dengan kesatuan Tuhan, bukan *hanya* kesatuan kelompok.

Kadang-kadang ketika berzikir kita merasakan kegembiraan yang berlimpah, seolah-olah seluruh sistem saraf kita mengalami transformasi. Seiring berjalannya waktu, kita mampu mengendalikan lebih banyak energi, lebih banyak berkah.

Seorang mursyid menjelaskan, "Jika kita mengalirkan terlalu banyak arus listrik pada bohlam 25 watt, ia pasti terbakar. Namun, sebuah bohlam berdaya 100 watt dapat menampung arus listrik yang dapat membakar bohlam berkapasitas 25 watt." Melalui zikir kita terus berupaya meningkatkan "arus listrik" sehingga sistem saraf kita yang lemah menjadi lebih kuat. Daya tampung sebuah bohlam tidak dapat berubah, tetapi kita bisa. Kita dapat menampung lebih banyak energi untuk jangka waktu yang lebih lama. Seorang mursyid adalah orang yang mampu mempertahankan "daya" cukup kuat untuk mengecas orang lain.

Suatu ketika seorang mursyid dan darwisnya ikut berzikir dengan tarekat lain. Setelah acara usai, sang darwis berkata, "Tuan Guru, apakah engkau melihat darwis muda itu? Ia terlihat sangat ekstase. Ia sangat khusyuk. Hatinya begitu terbuka!"

Sang mursyid tergelak dan berkata, "Kau tidak melihat apa pun. Kau tidak perhatikan darwis tua yang duduk di pojok. Ia lebih ekstatik dibanding darwis muda itu. Sebutir kelereng yang dilemparkan ke dalam cangkir kecil berisi air akan membuat riak besar, tetapi sebongkah batu besar yang dilontarkan ke dalam samudra hanya akan menimbulkan riak kecil."

Kita harus berupaya lebih membumi, lebih awas, dan lebih sadar sehingga kita tidak kewalahan menampung limpahan cinta Tuhan. Kita berusaha menjadi samudra itu, yang tenang, tak beriak. Jika kita telah mencapai tingkatan itu, tingkatan darwis yang tetap tenang saat ekstase, kita dapat menjalani semua aktivitas hidup sementara hati kita terus mengingat Allah. Kita bisa membayar pajak, menjawab telepon, membalas surel (*email*), dan mengasihi keluarga kita seraya tetap berzikir mengingat Allah.

Shalat, sebagaimana zikir, adalah juga laku untuk mengingat Allah. Nabi Muhammad saw. mengatakan bahwa shalat adalah zikir yang paling baik. Muzaffer Efendi pernah mengatakan bahwa mendirikan shalat itu sulit, tetapi zikir itu mudah. Ketika shalat, kita akan merasa sangat berat untuk memusatkan pikiran kepada Allah. Pikiran kita mengembara ke mana-mana. Namun, zikir menjerat benak dan hati kita. Para wali besar telah terbiasa mengungkapkan cinta mereka kepada Allah melalui gerakan, napas, dan pelafalan nama-nama Allah.

TANYA:

Ketika berzikir bersama, saya sangat menikmatinya, tetapi kadang-kadang saya tidak bisa melantunkannya cukup keras. Saya kesal pada diri sendiri karena tidak bisa berzikir seperti orang lain. Apa ada yang bisa saya lakukan?

JAWAB:

Jangan memaksakan diri untuk mengeraskan suara ketika berzikir. Dan jangan berzikir terlampau keras, karena Tuhan tidak tuli!

Jika tidak bisa berzikir "cukup keras", tidak masalah. Jika bersuara keras dianggap syarat maka hanya para penyanyi opera yang layak jadi mursyid. Zikir bukan melulu soal volume atau keindahan suara saat melantunkannya. Nilai utama zikir terlatak pada kehadiran hati. Di manakah hati dan pikiran kita ketika kita berzikir, itulah yang harus diperhatikan.

Suara kalian secara alamiah lebih lembut. Jangan melepaskan diri dari zikir hanya karena kau tak bisa melantukannya dengan suara keras. Meninggalkan zikir akan selalu menjadi kesalahan. Ingatlah, orang yang berzikir dalam diam mungkin tengah berada dalam keadaan batin yang luar biasa. Aku sering melihat Safer Efendi membuat gerakan dan suara zikir yang paling halus, paling indah, dan paling mendalam, sementara sebagian darwis muda jauh lebih keras suaranya dan lebih aktif. Dalam tradisi Maulawi, para darwis muda memalingkan kepalanya secara aktif, tetapi sang mursyid bergerak secara berbeda—jauh lebih lembut dan kontemplatif. Jangan khawatir. Keadaanmu baik-baik saja. Jangan mencela dan menyalahkan dirimu sendiri.

Salah satu masalah terbesar kita adalah kebiasaan menyalahkan diri sendiri. Biarkan dirimu apa adanya. Rasakanlah zikir itu dan biarkan ia mengalir melalui dirimu. Embuskan napas dengan saudara dan saudarimu yang berzikir bersamamu. Tetaplah terhubung dengan mereka. Tetaplah menyatu bersama mereka. Itulah laku dan cara kita berzikir. Ketika berdiri bersisian dengan para darwis lain, dan saat seorang darwis yang lebih tua ada di sisimu, ikutilah gerakannya

sesuai kemampuanmu. Satu bagian penting dari zikir adalah mengikuti embusan napas dan gerakan orang di sisimu.

Aku tidak pernah melupakan satu momen zikir ketika aku berdiri di samping seorang darwis tua. Aku merasa seakan-akan bahuku melekat dengan bahunya. Aku melakukan gerakan sesuai dengan gerakannya. Aku bergerak bersama dirinya. Tentu saja zikir dan gerakanku jauh lebih buruk dari zikir dan gerakannya yang nyaris sempurna. Itu merupakan pengalaman luar biasa. Namun, saat itu, aku merasa tidak enak karena berpikir aku telah menginterven si zikirnya yang indah. Sesungguhnya perasaan seperti itu muncul karena dorongan dan penilaian ego.

Itu terjadi puluhan tahun silam, tetapi rasanya baru kemarin. Waktu itu aku menggigil panas dingin dan merasa kehilangan semua tenagaku, tetapi itu merupakan berkah. Aku kurang tidur malam sebelumnya dan malam itu pun kesulitan memejamkan mata. Akhirnya, aku turun dari ranjang dan berbaring di sofa di ruang tengah. Aku setengah tertidur di sofa itu dan aku bermimpi melihat *Pir* kita, pendiri tarekat kita. Aku tidak yakin dengan apa yang kulihat, tetapi Safer Efendi mengatakan bahwa yang memang aku melihat *Pir* kita.

Aku jatuh sakit karena aku dan istriku begadang bersama Safer Efendi dan kam kelelahan. Sementara, Safer Effendi tetap terjaga hingga shalat subuh, menyampaikan *sohbet*, dan memberikan konsultasi kepada para darwis. Kemudian ia mendirikan shalat sunnah dan tidur selama beberapa jam. Kami tidak sanggup melakukan itu semua. Setelah berlangsung beberapa malam, rasa sakit mendera kami. Banyak darwis tua yang hanya butuh sedikit tidur, tetapi kami tidak bisa mengikuti mereka.

Kita harus menyiapkan diri sebelum berzikir, duduk dengan tenang, tanpa melakukan banyak gerakan. Mustafa

Baba, yang sangat aku sayangi, sering datang ke *dergah* tanpa bercukur selama beberapa hari; dia bercukur sesaat sebelum zikir dimulai. Ia mempersiapkan diri untuk berzikir seperti bersiap-siap menghadiri rapat yang sangat penting.

Selain itu, jangan terburu-buru meninggalkan keadaan yang telah kaucapai dalam zikir. Tinggalkanlah keadaan zikir secara perlahan-lahan dengan sikap yang tetap tenang dan kalem. Seorang mursyid mengatakan, "Jangan langsung melompat berdiri setelah bershalat atau berzikir. Seperti seorang peternak sapi yang sedang memerah susu, jangan berdiri melompat dan menendang ember berisi susu setelah kita mengisinya dengan penuh." Kita telah mencapai sesuatu dalam zikir, baik kita menyadarinya atau tidak. Sama halnya, jangan memaksakan diri bertahan dalam keadaan meditatif terlalu lama. Kita tidak boleh meninggalkan keadaan kita cepat-cepat atau mempertahankannya terlalu lama.

Dalam banyak tradisi, dikatakan bahwa momen paling penting adalah setelah kita melakukan amal atau ibadah formal. Setelah menyelesaikan zikir, seberapa banyak hubungan batin yang dapat kita pertahankan? Jika tidak bisa mempertahankannya, bahkan untuk sesaat, jadi apa yang telah kita capai?

Tentu saja ada perubahan alami yang kita rasakan setelah beranjak dari zikir. Kita terlalu memaksakan diri dengan berpikir, "Mengapa aku tidak bisa lagi mencapai keadaan yang sangat nikmat itu?" Perlu diingat, keadaan yang dicapai dalam zikir adalah keadaan temporer, yang dalam tradisi tasawuf disebut *hâl* atau *ahwâl,* yang berarti keadaan sementara. Berharap mencapai kembali keadaan itu sama halnya dengan berkata pada diri sendiri, "Mengapa aku tidak lagi berada dalam mimpi yang baru kualami?" Kita tidak bisa tetap dalam suatu mimpi. Keadaan-keadaan batiniah (*ahwâl*) yang dicapai dalam

zikir dan ibadah lain itu bagaikan keadaan mimpi. Keadaan itu tidak berlangsung lama. Namun, kita bisa terus berupaya untuk merasakannya kembali melalui zikir dan ibadah-ibadah lainnya.

10

Adab: Perilaku Sufi

Salah satu ajaran fundamental dalam tasawuf adalah adab. Istilah *adab* dapat diterjemahkan menjadi perilaku, rasa hormat, etika, atau tindakan yang baik. Rasa hormat adalah jantung atau inti *adab* meskipun tidak ada satu kata pun dalam bahasa lain yang dapat mewakili istilah *adab* secara penuh. Setiap kelompok, komunitas, dan berbagai profesi memiliki *adab*-nya masing-masing, termasuk juga komunitas tasawuf. Bahkan, sebagian mursyid mengatakan bahwa adab adalah inti tasawuf.

Hubungan antara kita dan Tuhan harus dihiasi dengan *adab* ruhani yang sempurna. Adab ruhani merupakan buah ihsan, upaya untuk mengembangkan rasa butuh akan Kehadiran Tuhan. Jika kita memiliki ihsan dan iman, kita akan menyadari bahwa Tuhan selalu hadir. Kemudian, tentu saja, kita akan secara otomatis berperilaku dengan adab.

Muzaffer Efendi pernah mengatakan bahwa setiap hati manusia merupakan tempat ibadah ilahiah yang diciptakan Tuhan sebagai tempat jiwa kita masing-masing. Jika kita mengingat hal itu, kita akan menghormati semua orang, menghormati percik ilahi dalam diri mereka. Ibadah dan terus ingat Allah akan membuat kita selalu ingat bahwa setiap orang menyimpan atau memiliki percik ilahiah

dalam diri mereka. Jika kita tak bisa saling menghormati, berarti hakikatnya kita menghina Tuhan yang ada dalam diri kita masing-masing.

Adab harus berasal dari dalam diri. Perilaku lahiriah tanpa rasa hormat batiniah bagaikan mayat seorang artis. Tampak indah, tetapi tak memiliki kehidupan.

Selain mengetahui bahwa Tuhan itu hadir dalam diri setiap orang, kita harus belajar bagaimana mengungkapkan pemahaman kita. Pertama-tama kita harus mengetahui bagaimana bersikap, lalu menerapkan pengetahuan itu, dan berusaha mencipta perubahan. Adab adalah tindakan. Semakin banyak kita bertindak dengan adab maka perilaku kita akan semakin mencerminkan keberadaan kita. Semakin kita mengikuti adab, semakin dekat kita pada perubahan. Tindakan yang tulus akan mengubah kita. Apalagi yang kita harapkan untuk berubah? Kita dapat menunggu Tuhan untuk mengubah kita, tetapi Tuhan pun menunggu kita untuk berjuang dan berupaya sungguh-sungguh.

Dan sebagai manusia biasa, kita tidak dapat mengubah atau meningkatkan kemampuan berdoa dan berzikir. Kita hanya bisa meningkatkan upaya dan perjuangan lahiriah yang kita lakukan serta meningkatkan kesungguhan dan ketulusan kita dalam berdoa dan beribadah. Namun, tasawuf bukanlah sesuatu yang harus dipraktikkan satu jam sehari atau satu hari dalam seminggu di waktu senja. Tasawuf adalah sesuatu yang harus kita praktikkan sepanjang waktu. Bagaimana kita bisa menjalani laku tasawuf sepanjang hidup? Jawabannya adalah dengan adab.

Ada banyak kisah mengenai keindahan adab yang diceritakan para darwis sepuh. Perilaku mereka mencerminkan pemahaman batiniah dan keadaan batin mereka. Sebagai contoh, wali besar Ibrahim ibn Adham tidak pernah bersandar ketika duduk. Ia mengatakan, "Aku tidak pernah bersandar pada apa pun di dunia. Satu-satunya yang kujadikan sandaran hanyalah Tuhanku."

Muzaffer Efendi memberi kita sebuah contoh bagus tentang adab yang baik. Ia sering berkata, "Hormati orang yang lebih tua dari kalian. Mereka punya lebih banyak waktu untuk berdoa. Hormati orang yang lebih muda dari kalian. Mereka tidak punya banyak waktu untuk berbuat dosa."

Adab adalah perjuangan melawan ego. Sebab, membangun adab yang baik butuh kesungguhan kita untuk mengenali ego kita. Sebagai contoh, ego kita tidak mau jika kita menghormati orang lain. Satu-satunya yang diinginkan ego dalah semua orang menghargai dan menghormati kita, bukan sebaliknya. Ego ingin semua orang melayani kita, tetapi ia tidak ingin melayani orang lain. Itulah keadaan dan karakter ego kita. Kita semua sesungguhnya condong, bahkan tergila-gila untuk menjadi orang yang sombong. Saya melihat kenyataan itu dalam diri saya sendiri dan di sekeliling saya.

Kita menempuh jalan tasawuf, bergabung dalam satu tarekat, dalah satu tujuannya adalah untuk menghormati sesama saudara dan saudari kita seperjalanan. Mursyid saya, Safer Efendi, memiliki hubungan yang sangat dekat dengan Kemal Baba. Keduanya bagaikan dua saudara kembar. Usia mereka sepantar dan keduanya sama-sama bertugas di militer. Mereka sahabat yang sangat dekat. Bertahun-tahun silam mereka sama-sama mendatangi Fahreddin Efendi, Syekh tarekat Jerrahi. Mereka memohon untuk menjadi darwis. Fahreddin Efendi membaiat Safer Efendi lebih dulu baru kemudian Kemal Baba segera sesudahnya.

Kemal Baba tidak pernah lupa bahwa Safer Efendi lebih dulu menjadi darwis dibanding dirinya. Ia selalu menghormati Safer Efendi sebagai seniornya dan bertahun-tahun kemudian kita masih bisa menyaksikan penghormatannya itu. Ketika pertama kali bertemu mereka, Safer Efendi adalah darwis senior di tarekat kami dan Kemal Baba ada di peringkat kedua setelahnya. Jika Kemal Baba sedang mengajari beberapa darwis muda, dan Safer Efendi lewat, ia

akan menghentikan langkahnya. Lalu, jika Safer Efendi memasuki ruangan tempat Kemal Baba mengajar, yang kedua menghentikan pelajarannya dan mempersilakan para darwis untuk bertanya kepada Safer Efendi. Ia tak pernah memunggungi Safer Efendi dan selalu bersikeras agar Safer Efendi meninggalkan ruangan sebelum dirinya.

Mereka berdua laksana kembar siam. Ketika duduk bersama, mereka selalu berdekatan dengan bahu saling menempel. Seakan-akan mereka telah dipersatukan. Aneh rasanya jika melihat hanya salah seorang dari mereka tanpa yang lain. Meskipun mereka bersahabat sangat akrab, Kemal Baba selalu menunjukkan perilaku hormat yang mendalam pada Safer Efendi.

Inisiasi (baiat) keduanya sebagai darwis hanya beda beberapa menit. Namun, itu tak menghalangi Kemal Baba untuk menunjukkan adabnya sebagai darwis yang lebih junior. Mungkin sebagian kita menganggap perbedaan itu tak seberapa, sepele saja. Namun, semestinya kita menyadari bahwa semua itu adalah ketetapan Tuhan. Sadarilah bahwa seseorang dibaiat lebi dulu ketimbang yang lain merupakan pilihan Tuhan. Apakah Tuhan melakukan kesalahan? Apakah Fahreddin Efendi membuat kesalahan? Kita dapat meremehkan perbedaan itu atau menggapnya serius. Jika kita menjaga adab kepada Tuhan, berarti kita menganggap hal-hal seperti ini secara serius.

Sungguh baik untuk mempelajari adab dari para darwis semacam itu. Adab bukanlah sesuatu yang dapat kita pelajari hanya dengan membaca buku-buku. Kita dapat membangun adab, di antaranya dengan mengembangkan sikap saling menghormati dan menunjukkan rasa hormat kepada para tamu. Dalam Islam, tamu mesti dihormati karena dianggap sebagai kiriman Tuhan. Kadang-kadang saya melihat tetamu yang berkunjung ke tarekat kami ikut membantu menyiapkan meja sebelum makan malam atau membersihkannya sesudahnya sementara sebagian darwis

hanya duduk-duduk dan berbincang saja. Itu bukanlah adab yang baik, sama sekali bukan. Saya merasa malu menyaksikan perilaku seperti itu. Membangun adab yang baik butuh kemauan untuk melayani, kapan dan di mana pun. Hanya duduk mengobrol dan membiarkan para tamu merapikan menunjukkan ketidakpedulian atau bahkan keegoisan diri kita. Kedua sikap macam itu sungguh tak dapat diterima. Bagaimana bisa seorang darwis hanya duduk diam dan membiarkan tamu melayani sendiri dirinya? Kita ada untuk melayani para tamu. Anda tidak boleh membiarkan tamu yang datang di rumah Anda melayani diriya sendiri.

Sayangnya, di pondok tarekat kami, saya sering kali harus mengingatkan para darwis yang sering melalaikan adab. Sekali-sekali, memang ada tamu yang menginap selama beberapa hari dan mereka ikut membantu tuan rumah. Itu tidak apa-apa. Saya sering mengingatkan para darwis, bekerjalah *dengan* para tamu. Jangan hanya duduk dan berharap mereka melayani kalian. Kenapa mereka harus jadi darwis jika mereka sudah bekerja keras melayani orang-orang yang disebut darwis?

Kita harus lebih sadar. Sesungguhnya ego kita selalu ingin dilayani. Ego kita berpikir, kita *harus* dilayani, bukan melayani. Ada banyak alasan untuk lebih memperhatikan, untuk menjadi lebih sadar. Pada titik inilah kita mulai membangun adab yang baik. Kita harus lebih menghormati satu sama lain, dan terutama menghormati tamu.

Kita juga harus menunjukkan sikap hormat kepada mursyid. Contohnya, adab penting dalam tasawuf adalah tidak memunggungi mursyid, baik ketika berdiri maupun duduk. Namun, saya masih sering melihat para darwis yang memunggungi saya. Saya pribadi tidak peduli, karena saya tak ingin orang lain memperlakukan saya secara istimewa. Namun, sebagai syekh, saya merasa terganggu melihat sebagian darwis bersikap tidak sopan. Adab yang buruk memperlemah hubungan antara mursyid dan darwis.

Dalam tarekat, hubungan mursyid dengan para darwis merupakan berkah dari Allah. Sebagai syekh di tarekat Jerrahi, saya harus bersabar menghadapi tingkah dan perilaku sebagian darwis yang kurang beradab. Allah telah memberi saya lebih banyak kesabaran untuk menghadapi mereka, tetapi bisa saja Dia merenggutnya. Bagi saya pribadi, perilaku mereka itu tidak menjadi persoalan yang dikhawatirkan. Saat melihat perilaku mereka yang kurang beradab, saya sering mengingat sikap dan perilaku saya sendiri kepada para mursyid. Bisa jadi, saya juga kurang beradab ketika menghadapi dan memperlakukan mereka. Syukurlah, mereka selalu bersabar meskipun mereka tahu keburukan dan kekurangan saya. Setiap saat saya selalu merasa khawatir telah bersikap kurang baik dan kurang beradab ketika saya bersama dengan mereka. Karena itulah saya selalu berusaha memperbaiki adab saya.

Adab dan penghormatan kepada mursyid adalah masalah yang sangat krusial dalam tradisi tasawuf. Hormatilah mursyid bukan sekadar sebagai individu, melainkan sebagai mursyid, sebagai matarantai yang menghubungkan Anda dengan sejarah, kebijaksanaan, dan berkah yang bertahan ratusan tahun dalam tarekat Anda. Jaga dan hargailah hubungan dengan mursyid Anda.

Kepala syekh dalam tarekat kami, Tugrul Efendi, pernah menyatakan bahwa seorang mursyid bagaikan saklar listrik. Kita harus menyambungkan diri kita pada saklar itu jika ingin mendapatkan daya yang mengalirinya. Dengan cara itu, kita akan terhubung dengan daya Tuhan yang tak terbatas. Saklar itu sendiri tidak memiliki daya listrik, tetapi ia memiliki peran penting untuk memancarkan daya ilahi kepada diri kita. Para mursyid mendapatkan limpahan berkah dari Allah sehingga memungkinkan kita terhubung dengan Allah dan kekuatan-Nya yang tak terbatas.

Ketika Tugrul Efendi menjadi syekh kepala, ia menyatakan kepada para darwis bahwa sebagian mereka lebih senior dibanding dirinya dan sebagian lagi lebih memahami Islam daripada dirinya.

Ia mengatakan tidak ingin dihormati secara pribadi, tetapi ia ingin mereka menghormati dirinya sebagai seorang syekh. Tak lama kemudian, seorang darwis sepuh mendatanginya dan berkata, "Izinkan aku mencium tanganmu."

Tugrul Efendi menjawab, "Tidak. Lagi pula kau adalah seniorku. Aku tidak bisa membiarkanmu mencium tanganku."

Sang darwis tua menukas, "Bukan *tanganmu* yang ingin kucium. Aku ingin mencium tangan syekhku."

Saya terharu hingga menangis ketika mendengarnya menceritakan hal itu.

Kita semua membuat kesalahan. Jika seorang darwis lupa dan memunggungi saya, saya tetap menyayanginya. Namun, sebenarnya sikap seperti itu tidak baik. Itu sikap dan perilaku ceroboh. Kita harus lebih memperhatikan perilaku dan sikap kita, termasuk cinta dan sikap saling menghormati. Kita juga harus mengembangkan cara-cara yang baik untuk mengungkapkannya kepada orang lain.

Seperti yang sudah saya katakan, setiap tindakan kita akan memengaruhi keadaan diri kita di masa depan. Bagaimana kita tumbuh dan berkembang? Tentu bukan dengan cara yang ajaib dan tiba-tiba. Cara kita bertindak dan berperilaku akan mengubah diri kita. Jika kita bertindak dengan rasa hormat dan penuh kesadaran, kita akan menjadi lebih mencintai, lebih sadar, dan hati kita pun menjadi lebih terbuka. Jika kita bertindak dengan adab satu sama lain, hubungan kita dengan tarekat kita pun akan menjadi lebih kuat. Selanjutnya, akan ada lebih banyak berkah dan energi untuk membantu perubahan diri kita.

Kita tidak bisa berubah tanpa rahmat dan berkah Allah. Bagaimanakah cara agar kita bisa menerima rahmat-Nya? Jawabannya adalah melalui para mursyid. memang berkah ilahi tidak berasal dari mursyid, tetapi mengalir *melalui* para ursyid. Adab kepada Tuhan akan menghubungkan kita dengan energi dan berkah tarekat. Hubungan ini kembali kepada Nabi Muhammad

saw. dan kekuatan serta berkah Allah Swt. yang tak terbatas. Dengan membangun adab yang baik, sesungguhnya kita tengah berupaya memperdalam hubungan kita dengan satu kekuatan yang akan mengubah diri kita. Adab merupakan salah satu hal yang menyatukan seluruh tradisi tasawuf.

Idealnya, setiap saat kita harus mempraktikkan adab yang baik di tengah komunitas tarekat kita, baik dengan sesama darwis maupun dengan para tamu, dan juga dengan pihak-pihak di luar tarekat. Kita mesti menjadi teladan dalam urusan menjaga adab. Kebersamaan kita dengan saudara sesama darwis mungkin hanya enam atau tujuh jam dalam semingggu. Di luar waktu yang sebentar itu, kita bergaul dan berinteraksi dengan masyarakat yang lebih luas. Kendati demikian, waktu yang sebentar di tengah komunitas tarekat itu menjadi saat yang sangat penting untuk melatih diri kita dan membangun adab yang baik sehingga kita lebih siap bergaul dan berinteraksi dengan masayarakat yang lebih luas.

Tindakan yang paling sederhana sekalipun dapat menjadi media untuk menunjukkan adab yang baik. Satu contoh klasik dalam tasawuf adalah cara kita menerima secangkir teh. Ketika seorang darwis memberikan secangkir teh kepada kita, apakah kita bersyukur atas teh itu? Apakah kita berterima kasih kepada darwis yang melayani kita? Atau malah kita berujar dalam, "Terima kasih, tetapi lain kali semestinya kau melayaniku lebih cepat." Respons batiniah seperti itu akan mengotori sikap dan perilaku lahiriah karena kita menjadi kurang bersyukur.

Nafsu kita akan selalu mengeluh jika kita tidak dilayani lebih cepat dan lebih baik. Sekali lagi, adab yang baik menggambarkan perjuangan yang sungguh-sungguh melawan nafsu. Nafsu kita selalu mengharapkan rasa hormat dari semua orang, dan di saat yang sama ia meyakinkan kita untuk tidak perlu menunjukkan hormat kepada orang lain. Dapatkah kita benar-benar bersyukur ketika kita dilayani dan mengungkapkan rasa terima kasih dengan

cara yang sama ketika kita mendapatkan secangkir teh? Sementara, pada saat yang sama, sang darwis yang memberi kita teh bersyukur karena mendapat kesempatan untuk melayani. Jadi, ketika seorang darwis melayani orang lain, kita harus melihatnya sebagai momen yag indah untuk disyukuri dan diteladani. Jika selalu menunjukkan rasa terima kasih dan penghormatan, berarti kita telah membangun hubungan yang baik dengan sesama.

Ungkapan terima kasih yang saya maksudkan bukanlah berterima kasih secara berlebih-lebihan. Sebagian orang mengira mereka berperilaku seperti sufi ketika mencium tangan semua orang, selalu membungkukkan diri, dan mengungkapka terima kasih secara berlebihan. Bagi saya, sikap dan perilaku seperti itu justru mengolok-olok adab dalam tasawuf. Tingkah polah seperti itu sebenarnya dikendalikan oleh nafsu. Mereka ingin semua orang memperhatikan dan mengagumi kesantunan mereka yang berlebih-lebihan. Para darwis sepuh berperilaku jauh lebih halus dan tidak mencolok.

Ada banyak hal kecil yang kita lakukan dapat menunjukkan adab secara indah. Bertahun-tahun silam, saya duduk bersama beberapa darwis sepuh. Seseorang menyalakan televisi dan kami semua berpaling menontonnya. Pesawat TV itu ada di belakang saya dan seorang darwis menyalakannya, saya membalikkan tubuh sepenuhnya. Sesaat kemudian saya sadar bahwa saya mungkin menghalangi pandangan satu atau dua darwis. Tapi, pada saat yang sama, mereka sudah bergeser sehingga saya tak lagi perlu pindah duduk. Proses itu berlangsung cepat. Itu adalah momen yang sangat memalukan. Adab mereka jauh lebih baik daripada saya dan itu menunjukkan bagaimana semestinya saya harus bersikap.

Di kesempatan lain saya duduk makan siang bersama para darwis Turki yang berkunjung ke New York bersama Muzaffer Efendi. Para pelayan sangat fokus pada meja utama tempat Muzaffer Efendi duduk. Saya duduk di sebuah meja dengan para darwis

senior dan meja kami dilayani setelah meja Muzaffer Efendi. Ada sekelompok darwis muda di meja lain yang belum dilayani karena para pelayan sibuk melayani meja yang "lebih penting". Tanpa mengucap sepatah kata pun, Safer Efendi bangkit dan duduk di meja pada darwis muda itu. Tentu saja para pelayan tidak bisa mengabaikannya, karena Safer Efendi adalah darwis senior di tarekat kami sehingga mereka langsung melayaninya dan para darwis muda yang duduk bersamanya. Safer Efendi tidak pernah mengucapkan sepatah kata, tidak juga mengkritik, atau memberikan instruksi secara lisan kepada orang lain. Namun, ia mengajarkan pelajaran penting kepada siapa saja yang melihatnya.

Jika kita ingat bahwa Tuhan ada pada hati setiap orang maka kita akan melakukan apa pun agar tidak menyakiti hati orang lain. Adab yang baik di antaranya mengajarkan kepada kita untuk tidak menyakiti hati orang lain. Sering kali itu menjadi tantangan yang sangat berat.

Dalam kesempatan lain, saya duduk bersama seorang darwis tarekat Jerrahi California. Ia baru saja diinisiasi menjadi darwis sehari sebelumnya. Saya berkata kepadanya, "Mari kita duduk dan menunggu semua orang pergi. Lagi pula, kau adalah darwis yang paling anyar di ruangan ini dan kau harus mendahulukan orang lain pergi sebelum dirimu. Menurut adab tarekat kita, mursyid dan para darwis senior beranjak lebih dulu. Para tamu juga pergi lebih dahulu karena kita menghormati tamu dan menghargai mereka. Aku akan duduk di sini menemanimu karena kau saudaraku dari California sehingga kita bisa pergi paling akhir."

Semua orang meninggalkan ruangan kecuali Kemal Baba, darwis paling senior. Hanya Muzaffer Efendi dan Safer Efendi yang berada di atasnya. Ia tampak duduk tenang dan membiarkan semua orang pergi sebelum dirinya. Cara dan sikap duduknya sangat santai sehingga banyak orang tidak menyadari bahwa ia sedang menunggu

orang lain pergi. Ketika saya memandangnya, ia berkata, "Silakan pergi duluan." Ia mempersilakan saya beranjak lebih dulu.

Peristiwa itu benar-benar menjadi momen yang sangat menyentuh. Bahasa Turki saya tidak cukup baik untuk menolak permintaannya. Lagi pula, saya tak mungkin berani mendebat permintaan senior saya. Itu salah satu adab yang buruk. Di sisi lain, saya sendiri tidak suka beranjak mendahuluinya, tetapi saya tidak bisa mengabaikan permintaannya untuk meninggalkan ruangan lebih dahulu. Mungkin bagi banyak orang, itu soal yang sangat sepele. Namun, bagi saya yang sedang berjuang mengendalikan nafsu dan membangun adab yang baik, itu adalah masalah yang sangat serius. Saya melihat sosok Kemal Baba sebagai sufi yang sangat santun dan beradab. Sikap dan perilakunya benar-benar menyentuh dan membekas dalam hati saya. Ia sungguh-sungguh menginginkan semua orang pergi mendahuluinya meskipun "seharusnya" ia menjadi orang ketiga yang meninggalkan ruangan setelah Muzaffer Efendi dan Safer Efendi.

Itulah adab tarekat yang sesungguhnya. Tasawuf bukanlah bernyanyi dan menari atau membaca buku-buku atau puisi yang indah. Tasawuf adalah adab. Tasawuf adalah melakukan segala sesuatu didasari niat yang baik dan ikhlas. Setiap saat kita harus memeriksa niat dan motivasi kita melakukan sesuatu. Apakah perilaku kita didorong hasrat untuk menunjukkan kepada orang lain bahwa kita adalah darwis yang baik? Ataukah kita bertindak berdasarkan niat yang tulus dan keinginan untuk melayani?

Para darwis senior selalu melayani Muzaffer Efendi dengan cara yang paling baik. Dulu, saat ia masih merokok, semua orang ingin menyalakan rokoknya. Jika saya mengeluarkan pemantik api, para darwis senior di sekitar Efendi akan memberikan isyarat agar saya menyalakan rokoknya. Jika saya terlambat mengeluarkan pemantik api, mereka bergegas menyalakan rokoknya. Tujuannya adalah agar

mursyid kami itu tidak perlu menunggu lama dan mereka senang memberi saya kesempatan pertama untuk melayaninya.

Di sisi lain, beberapa darwis baru yang bodoh akan saling berebut untuk mendapatkan "kehormatan" menyalakan rokoknya. Kadang-kadang melihat perilaku mereka seperti menyaksikan para pemain basket memperebutkan bola di bawah ring bola basket. Semua orang saling sikut untuk menyalakan rokok beliau.

Perhatikanlah, betapa nafsu kita bisa dengan mudah merusak dan mengotori adab. Niat yang baik bisa tiba-tiba diubah dan dialihkan menjadi keinginan untuk dipuji dan dianggap baik oleh orang lain. Mengatakan kepada diri sendiri, "*Akulah* yang akan menyalakan rokok Syekh" memang menghasilkan pelayanan bagi Syekh; namun, itu berubah menjadi adab yang buruk bagi darwis yang lain. Perilaku para darwis senior jauh berbeda. "Satu-satunya yang saya pedulikan adalah rokok Efendi menyala dan saya senang jika orang lain mendapatkan kehormatan melayaninya. Tetapi, jika mereka tidak siap, saya selalu siap melayaninya." Itulah adab yang baik.

Dalam situasi seperti itu, tujuan yang penting adalah bagaimana Syekh atau para tamu segera dilayani, bukan agar *aku* bisa melayani mereka. Jadi, kita harus ingat bahwa tujuan dan niat kita seharusnya adalah memberikan pelayanan. Latihan seperti ini termasuk satu bentuk perjuangan melawan nafsu yang menghendaki kita menjadi satu-satunya orang yang melayani. Nafsu sangat mungkin mendorong kita mencemburui orang lain karena mereka bisa memberikan pelayanan. Kita tidak boleh bersikap seperti itu; kita semestinya merasa bahagia jika orang lain mendapatkan berkah pelayanan. Ini mengingatkan saya pada pengalaman lain:

Ketika Muzaffer Efendi masih memimpin, banyak darwis berkumpul di toko buku miliknya pada hari Jumat sebelum shalat Jumat. Para pelanggan dan para darwis keluar-masuk toko buku itu. Kadang-kadang beberapa orang mengajukan pelbagai pertanyaan.

Effendi memperlakukan semua orang dengan sikap yang sama, tidak pernah membeda-bedakan. Bagi para pelanggan, beliau menjadi penjual buku berpengetahuan yang selalu siap melayani pertanyaan mereka tentang berbagai hal. Dan bagi para darwis, beliau menjadi orang yang selalu siap memandu dan membimbing mereka. Sikap dan perilakunya sangat sempurna dalam segala hal. Begitulah jalan tasawuf telah membangun adabnya.

Seorang darwis muda berkebangsaan Amerika sering ikut minum teh bersama para darwis lain di toko buku itu. Suatu saat, ia bersikeras membayar teh yang diminum para darwis. Ia ingin melayani syekhnya dan saudara-saudaranya sesama darwis (telah jadi kebiasaan di lingkungan tarekat kami, seorang darwis membayari makan atau minum darwis yang lain).

Usai kegiatan shalat Jumat, sebagian darwis kembali ke toko buku itu. Seorang pelayan membawakan makanan untuk semua orang dan si darwis Amerika langsung membayar semua makanan itu. Kemudian, usai makan siang, seorang pelayan segera menyiapkan beberapa cangkir teh. Namun, ketika darwis Amerika itu mengeluarkan dompetnya, Muzaffer Efendi menahannya, "Hentikan! Cukup. Kau ingin merebut semua berkah hari ini? Biarkan orang lain yang membayarnya."

Benar-benar teguran yang sangat indah. Si darwis Amerika dengan tulus ingin melayani, tetapi ia tidak paham bahwa melayani merupakan berkah istimewa sama seperti kewajiban spiritual lain. Selain melayani, kita pun harus memberi kesempatan kepada orang lain untuk mendapatkan berkah pelayanan.

Baru-baru ini Tosun Efendi dan saya pergi ke sebuah *brunch*[35] mewah di Istanbul dengan sekelompok darwis Eropa yang tengah mengunjungi Turki. Tosun Efendi membayar sepertiga tagihan

---

[35]*Brunch* merupakan singkatan dari *breakfast* (sarapan) dan *lunch* (makan siang); kegiatan makan-makan yang dilakukan antara jam sarapan dan jam makan siang–*Penerj.*

dengan kartu kredit. Saya membayar sepertiganya, begitu juga syekh yang ketiga membayar sepertiga dari total tagihan. Para darwis yang berkunjung tidak menyadari bahwa jamuan *brunch* itu menghabiskan ratusan dolar, tetapi mereka sadar bahwa mereka dilayani dengan sangat baik sebagai tamu kami.

Pelayanan dan adab yang baik meniscayakan kesadaran. Kita harus sadar dengan apa yang terjadi di sekitar kita. Sering kali kita tidak mengetahui apa yang ada di sekitar kita karena kita tidak mau memperhatikan. Kita harus belajar membuka mata. Kita juga harus membuka matahati untuk melihat apa yang lebih halus. Muzaffer Efendi sering mengatakan bahwa seorang darwis semestinya menyadari apa yang dibutuhkan orang lain dan segera menyediakan untuk mereka sebelum mereka sendiri menyadari kebutuhan mereka. Jika orang lain sampai meminta atau mengungkapkan apa yang dibutuhkannya, berarti kita gagal memberikan pelayanan. Itulah adab yang diajarkan tasawuf.

11

Keutamaan Tindakan

Banyak orang memilih bicara ketimbang bertindak. Kita semua semestinya lebih sedikit bicara dan lebih banyak bekerja. Dalam Islam dan tasawuf, iman harus diungkapkan dalam wujud tindakan. Jika keimanan tidak diungkapkan dalam tindakan maka semakin lama keimanan kita akan membusuk. Pengetahuan yang sesungguhnya adalah pengetahuan yang kita ejawantahkan dalam perbuatan. Ketika kita bertindak berdasarkan pengetahuan, niscaya kita dapat membuat perubahan.

Seorang darwis mengatakan bahwa seekor unta tidak akan menjadi seorang haji hanya karena membawa seorang jemaah haji ke Makkah dan seekor keledai tidak akan menjadi alim dengan membawa buku-buku ke perpustakaan. Seekor keledai dapat membawa buku-buku yang paling suci dan penuh inspirasi, tetapi ia tetap akan menjadi seekor keledai. Beberapa cendekiawan dapat membawa buku-buku yang bagus di atas kepala mereka, tetapi mereka masih menjadi "seekor keledai" jika tidak mau bertindak berdasarkan pengetahuan yang mereka miliki.

Apa yang harus dilakukan agar pengetahuan mengubah diri kita? Memiliki satu perpustaakan dengan koleksi ribuan buku tidak akan mengubah diri kita. Bisa jadi kita membaca dan mengetahui

semua buku itu, tetapi segera pengetahuan kita akan membusuk jika tidak diamalkan dalam perbuatan. Kita akan segera melupakan semua pengetahuan itu. Kita membangga-banggakan koleksi buku-buku sufi yang kuat miliki kita seolah-olah itu merupakan pencapaian yang sangat berharga. Kita membangga-banggakannya meskipun kita tidak membaca seluruh buku-buku itu. Tentu saja kebanggaan semacam itu teramat bodoh. Hanya membaca tidaklah cukup. Kita harus selalu mengajukan pertanyaan pada diri kita, "Bagaimana aku bisa menerjemahkan gagasan-gagasan itu ke dalam tindakan?" Kita dapat belajar dan berubah dengan terus berbuat dan bertindak—mencoba berbagai hal baru, membuat kesalahan, memperbaiki kesalahan, dan terus berbuat sehingga keadaan itu semakin baik.

Banyak orang yang mempelajari tasawuf lebih memilih mursyid yang sudah meninggal ketimbang mursyid yang masih hidup. Tentu saja, memiliki mursyid yang sudah tiada akan terasa menyenangkan dan membuat kita merasa sangat nyaman. Sebab, mursyid yang sudah meninggal tidak akan pernah mengkritik atau menegur kita. Di sisi lain, kita juga bisa mengabaikan ajaran mereka yang tidak kita sukai.

Banyak orang lebih suka mendengarkan kuliah, membaca buku, dan bicara tentang berbagai gagasan tasawuf ketimbang bertindak mengikuti ajaran sufi. Langkah itu sama sekali tidak akan mengubah diri kita. Ketika kita membaca puisi atau prosa yang menggugah, kita harus ajukan pertanyaan, "Apa yang kulakukan? Bagaimana cara menerjemahkan gagasan ini ke dalam tindakan?"

Memang kita harus terus belajar, tetapi tidak semestinya kita hanya belajar dari buku. Rasulullah saw. pernah bersabda, "Jika hari ini sama dengan hari kemarin, berarti kau merugi." Dengan kata lain, kita harus belajar sesuatu yang baru setiap harinya. Jika kita tidak terus belajar, kita menjadi beku, lalu mati. Kita merugi karena usia kita bertambah tua dan semakin sedikit waktu yang tersisa.

Hadis itu jangan dimaknai untuk lebih banyak membaca dan tidak melakukan apa-apa. Bukan itu yang dimaksudkan Nabi Muhammad saw. Beliau menghendaki kita terus belajar sesuatu yang konkret setiap hari. Misalnya, bagaimana cara merebus telur atau bagaimana memukulkan palu ke paku pada sebatang kayu. Ini adalah hal-hal yang sederhana. Tidak ada yang hebat dari belajar merebus telur atau memukul paku dengan palu, tetapi keduanya adalah contoh pembelajaran sesungguhnya. Nabi saw. mengajarkan kita untuk belajar dari siapa saja yang kita jumpai. Beliau bersabda bahwa seorang gembala ternak yang sederhana pun mengetahui sesuatu—misalnya, ia tahu bagaimana menggembala dan merawat hewan ternak—yang tidak kita ketahui.

Kita bertindak dan belajar dengan melakukan suatu perbuatan. Pendiri tarekat kami mengajarkan bahwa semua darwis Jerrahi harus belajar bagaimana mencari nafkah dengan usaha sendiri. Dengan kata lain, kita harus mengembangkan berbagai macam keahlian. Islam mengajarkan kepada kita untuk mengurus keluarga dan diri kita sendiri. Banyak dari kita yang mampu mencari nafkah dengan mulutnya. Itu bukanlah hal yang kecil. Kemampuan mengajar atau membimbing orang lain merupakan keahlian yang nyata dan sangat berharga. Namun, kita juga harus mampu mencari nafkah dengan tangan kita sendiri. Ada kebijaksanaan besar di dalamnya. Di Turki, para sultan mengembangkan keahlian-keahlian ini. Sebagian mereka menjadi pandai emas dan ada pula yang menjadi musisi atau tukang kayu.

Mari kita terus ajukan pertanyaan pada diri sendiri, "Apa yang telah kupelajari hari ini? Rencana apa yang telah kubuat untuk esok hari? Bagaimana caranya agar aku dapat mempraktikkan pengetahuan yang kumiliki?" Pengetahuan yang kita dapatkan dari buku akan menguap dengan mudah dan segera kita lupakan jika kita tidak mengamalkannya. Sayang, kita sering terbuai kata-kata dan terpesona pada abstraksi. Cara belajar yang paling baik adalah

terus bertindak dan berbuat. Tindakan membuat kita belajar dari yang terjadi, karena tindakan yang kita lakukan bisa berhasil dan bisa juga gagal. Dunia dan pengalaman adalah guru yang sangat baik. Jika kita memukul paku ke kayu tetapi paku itu bengkok alihh-alih melesak ke dalam kayu, kita akan belajar bagaimana cara memukul paku dengan baik.

Belajar tidak perlu dilakukan seorang diri. Daripada sendirian, akan lebih baik jika kita belajar dan berlatih bersama teman-teman atau keluarga. Benar-benar gagasan yang elok untuk mempelajari sesuatu yang baru bersama anak-anak. Mereka akan melihat bagaimana kita menerapkan keahlian dan pengetahuan yang kita miliki dalam suatu tindakan yang nyata.

Di zaman dulu, para darwis tinggal bersama-sama di pondok sufi hingga mereka menikah. Mereka belajar dan bekerja bersama-sama. Kebanyakan pondok itu menyediakan sarana dan lahan untuk memenuhi kebutuhan pada darwis. Banyak pndok yang memiliki sebidang tanah dan para darwis bekerja sama menanam, menyemai benih, dan memanen. Darwis yang baru akan bekerja di sisi seorang darwis senior. Secara alamiah, karena bekerja bersama-sama, darwis baru itu belajar bagaimana menjadi darwis. Dalam beberapa kasus, para darwis yang baru disuruh magang dengan seorang darwis senior untuk belajar suatu keterampilan seperti menjadi tukang tembikar atau pandai perak. Sambil magang, mereka pun belajar tentang diri mereka sendiri.

Meskipun pekerjaan kita lebih banyak melibatkan lisan ketimbang tangan, kita dapat terus belajar untuk mendapatkan pengalaman. Jika Anda seorang guru, perhatikan murid-murid Anda. Apa yang tengah mereka pelajari? Bagaimana Anda dapat meningkatkan kualitas pembelajaran mereka? Saya kaget melihat banyaknya guru yang tidak benar-benar memperhatikan bagaimana respons dan hasil pengajaran yang mereka lakukan. Terlalu banyak guru yang menyalahkan murid ketika mereka malas belajar. Sebagai

darwis, kita mestinya berhenti menyalahkan orang lain. Kita harus selalu melihat apa yang bisa kita tingkatkan dalam diri kita sendiri.

Menyalahkan orang lain mungkin dapat melepaskan diri kita dari jerat kesulitan. Kita bisa katakan bahwa itu kesalahan mereka dan merekalah yang harus berubah. Atau, kita bisa salahkan "sistem" saat segala sesuatu tidak berjalan dengan baik. Seorang guru bisa menyalahkan sekolah, pengusaha dapat saja menyalahkan sistem kerja perusahaannya, dan sebagainya. Semestinya, kita bertanya pada diri sendiri, apa yang dapat kita perbuat untuk menjadikan segalanya lebih baik. Kita selalu dapat berubah dan meningkatkan diri. Perintah agar kita belajar setiap hari berarti kita harus menjadi orang yang reflektif dan kritis pada diri sendiri. Kita selalu dapat mengerjakan pekerjaan secara lebih baik, menjadi pasangan yang lebih baik, orangtua yang lebih baik, dan darwis yang lebih baik. Tidak perlu berusaha keras untuk mendapatkan pemahaman intelektual yang lebih baik. Pemahaman abstrak belaka hanyalah bonus. Pemahaman seperti itu tidak akan mengubah apa pun. Lebih parah lagi, pemahaman tekstual akan mengalihkan perhatian kita dari upaya perubahan yang nyata. Mengetahui "mengapa" tidak akan mengubah apa pun.

Psikoterapi zaman dahulu sering berhenti pada pengetahuan tentang teori mental dan diagnosis yang canggih. Di masa lalu, seorang pasien akan berujar, "Aku sudah habiskan waktu bertahun-tahun mengikuti terapi dan kini aku tahu persis mengapa aku mengidap neurotik." Ia berhenti pada mengetahui sebab, tetapi tidak mengalami kesembuhan. Gangguan kejiwaan yang dialami si pasien tidak menunjukkan tanda-tanda perbaikan setelah ikut terapi. Lebih buruk lagi, ia jutsru *kurang* ingin berubah karena telah mengetahui alasan untuk menjustifikasi neurotik yang dialaminya. Pengetahuan semacam itu adalah racun! Ia membuat kita mandek dengan kebiasaan-kebiasaan yang telah kita bangun.

Saya sudah menjadi guru besar di universitas selama lebih dari 40 tahun dan saya terperanjat melihat banyaknya guru yang tidak mau mencoba meningkatkan kualitas diri mereka. Banyak yang merasa puas dengan keadaan dirinya sendiri. Banyak guru besar yang seperti itu. Mereka merasa telah cukup memiliki pengetahuan dan kualitas pengajaran yang baik. Akibatnya, mereka mengajarkan pelajaran yang sama selama bertahun-tahun dengan diktat kuliah yang mereka tulis bertahun-tahun silam. Dikat-diktat itu sudah menguning, tetapi masih mereka gunakan.

Versi yang lebih modern dari sindrom ini dicontohkan para dosen yang menggunakan presentasi PowerPoint secara berulang-ulang. Beberapa di antara mereka bahkan hanya membaca selusuh (*slides*) PowerPoint mereka. Para mahasiswa dapat membaca selusuh (*slide*) itu sendiri atau mendapatkan presentasi secara elektronik. Mereka membuang-buang waktu mendengarkan kuliah kalengan seperti itu. Membaca selusuh suatu PowerPoint bukanlah mengajar.

Kita semua memiliki kecenderungan seperti ini. Merasa puas dan nyaman dengan keadaan kita. Ada energi kemalasan yang mendorong kita terus mengulangi apa yang telah kita pelajari bertahun-tahun, bukannya menghabiskan waktu dan energi untuk meningkatkan kemampuan dan pemahaman.

Jalan tasawuf mengajarkan kita untuk terus bekerja, bertindak, belajar, dan melayani. Shalat dan kontemplasi hanya menghabiskan sedikit waktu kita. Sebagian besar waktu kita dihabiskan dalam tindakan. Kita tidak bisa menghindari tindakan. Satu-satunya cara untuk menghindari tindakan adalah mati. Jika kita hidup, kita terus bertindak sepanjang waktu. Kita bernapas. Aktivitas otak dan proses biologis lain terus berlangsung dalam diri kita. Kita tidak bisa menghindari tindakan. Bahkan hanya duduk pun melibatkan inhibisi dan sekaligus tindakan. Misalnya, jika saya menggerakkan satu jari, saya harus menginhibisi semua jari lainnya dari tangan yang bergerak itu. Jauh lebih mudah menggerakkan kelima jari

seluruhnya. Kita selalu bertindak, bahkan ketika kita beranggapan bahwa kita tidak melakukan apa-apa.

Kita dapat mengembangkan kebiasaan mengingat Tuhan di tengah-tengah berbagai aktivitas. Kita awali dengan mengucapkan *bismillah* sebelum melakukan sesuatu. Nabi Muhammad saw. mengajarkan bahwa ini merupakan zikir yang paling baik. Kita dapat melayani orang lain dan melayani proses Penciptaan melalui tindakan yang kita lakukan. Kemudian kita mengamalkan ajaran-ajaran tasawuf sepanjang waktu, bukan untuk selama beberapa menit dalam sehari. Setiap tindakan dapat bernilai ibadah karena setiap tindakan adalah kesempatan untuk melayani dan mengingat Tuhan.

Muzaffer Efendi sering mengatakan bahwa kita harus ingat Tuhan dalam setiap helaan napas. Ia menambahkan, kita harus ingat Tuhan tiga kali setiap bernapas: ketika menarik napas, saat mengembuskannya, dan antara keduanya. Ini tampaknya tugas yang mustahil, tetapi mursyid saya itu mengatakan bahwa itu mungkin saja dilakukan. Sekurang-kurangnya kita bisa mencoba.

Kita dapat membuat setiap momen kehidupan menjadi bagian perjalanan ruhani. Idealnya, kita dapat mengamalkan tasawuf dan Islam sepanjang waktu. Setiap momen adalah waktu untuk beramal, saat untuk bertindak. Tuhan telah memberi kita tubuh dan kemampuan untuk bernapas; bukankah semestinya kita bersyukur sepanjang waktu? Tuhan telah menganugerahi kemampuan untuk mencintai orang lain, bukankah seharusnya kita melatih kemampuan itu, idealnya mencintai semua orang yang kita jumpai?

Itu semua merupakan tindakan. Salah satu cara untuk meminimalkan tindakan adalah duduk membaca buku. Banyak dari kita yang menghindari pertumbuhan pribadi dan spiritual dengan membaca dan tidak pernah "mengotori" tangan kita dengan tindakan. Melayani orang lain bukan berarti kita harus mendedikasikan seluruh hidup menjadi seperti Mother Teresa—

meskipun ia adalah teladan spiritual yang baik. Kita dapat melayani orang lain dengan menyayangi dan mendoakan mereka. Dan ketika tindakan diperlukan, kita harus bertindak.

Mungkin sebagian kita terbiasa berdoa dalam hati bagi jiwa orang yang sudah meninggal ketika kita melewati pemakaman. Kebiasaan itu bisa kita kembangkan dengan cara mendoakan dalam hati stiap orang yang kita jumpai. Misalnya, ketika melihat seorang gelandangan dan kita tidak dapat membantu dirinya, setidaknya kita bisa mendoakannya. Berderma itu penting. Jika kita tidak bisa memberikan apa yang dibutuhkan seseorang, kita bisa beramal dengan seulas senyuman. Kita tidak harus memberikan uang, tetapi semestinya kita bisa mendoakannya. Bayangkan, betapa sulit kehidupan mereka. Kita juga harus bersyukur kepada Allah Swt. karena menjadikan kondisi setiap orang berbeda satu dari yang lain. Kita bisa mengatakan pada diri sendiri, "Alhamdulillah, Allah tidak membuat hidupku seperti mereka." Kita pun dapat memohon kepada-Nya untuk menyembuhkan mereka yang sakit atau membuat hidup orang lain lebih baik dan lebih mudah. Jika kita tidak pernah melakukan tindakan seperti itu, apa arti keberadaan kita ini? Di mana rasa welas asih kita?

Muzaffer Efendi menyatakan bahwa jika ada orang yang meminta sesuatu, kita harus menanggapinya secara serius. Ia tidak menyuruh kita untuk selalu berkata iya. Ia menyarankan kita untuk menanggapinya permintaan itu. Ketika melihat seseorang di pinggir jalan sedang mencari tumpangan, kita bisa memutuskan untuk tidak memberinya tumpangan, terutama jika kita berkendara hanya seorang diri. Kita bisa melewatinya dengan cepat tanpa berpikir atau kita bisa langsung berhenti dan memberinya tumpangan tanpa memikirkan bahayanya. Saya tidak menyarankan kedua tanggapan yang dilakukan tanpa pertimbangan seperti itu. Tetapi, kita bisa memikirkan bahwa orang itu butuh bantuan dan setidaknya kita

bisa berdoa, "Ya Allah, aku merasa tidak aman untuk memberinya tumpangan. Ya Allah, berikanlah pertolongan kepada orang itu."

Muzaffer Efendi mengajarkan bahwa semakin kita berkembang di jalan ruhani ini, semakin besar kecenderungan kita untuk berbuat baik dan melayani. Kita tidak bisa berharap banyak dari seorang anak berusia satu tahun seperti yang kita harapkan dari orang yang berusia sepuluh atau dua puluh tahun. Semakin dewasa seseorang, semakin kita bisa berharap padanya sebagai orang tua atau teman (tentu saja kita juga harus mengharapkan hal yang sama pada diri sendiri).

Mursyid saya pernah menuturkan sebuah cerita tentang seorang pejabat pemerintahan yang membawa bayi perempuannya yang baru lahir ke hadapan sultannya. Sang sultan berkata, "Oh, betapa cantik bayi ini. Sini, biar aku menggendongnya." Sang sultan pun memangku bayi itu. Beberapa menit kemudian sang sultan berseru, "Ambil bayi ini! Dia mengencingiku." Pakaian sultan yang indah menjadi basah. Muzaffer Efendi mengatakan bahwa sang sultan tidak marah pada bayi itu karena mengencingi bajunya. Berbeda halnya jika si pejabat itu yang mengencingi baju sang sultan, tentu ia akan langsung dipenggal. Maksudnya, setiap kali kita menemui orang yang membutuhkan bantuan tetapi tidak membantunya atau tidak tidak berhenti memberi tumpangan pada orang yang memerlukannya, kita seperti orang yang mengencingi pakaian sultan. Untungnya, Allah Maha Penyayang yang mengetahui bahwa kita belum dewasa dari sisi ruhani.

Penting untuk saya sampaikan lagi, saya tidak menyarankan Anda untuk memberi tumpangan pada siapa pun yang Anda temui di perjalanan. Tuhan telah menganugerahi kita otak pikiran dan kita harus menggunakannya sebelum bertindak. Saya sarankan agar kita serius menanggapi permintaan bantuan seseorang atau ketika melihat orang lain butuh bantuan. Jika kita memutuskan

untuk tidak menurutinya, sekurang-kurangnya kita bisa mendoakan kebaikan untuknya.

Saya punya kawan seorang pendeta Episkopal. Suatu hari pendeta perempuan ini naik kereta bawah tanah di New York dengan mengenakan baju pendetanya. Seorang perempuan gelandangan duduk di sampingnya. Wanita itu mulai bicara tentang Tuhan dan mengajukan beberapa pertanyaan kepada si pendeta tentang kehidupan spiritualnya. Sementara, si pendeta itu terus menunggu untuk dimintai uang dan bertanya-tanya dalam hatinya berapa jumlah uang yang harus ia berikan. Namun, perempuan itu terus bicara dan tidak meminta apa pun. Akhirnya, gelandangan itu bangkit dan menyerahkan sebuah karcis kereta bawah tanah kepada si pendeta. Ia meminta maaf karena tidak punya apa-apa selain karcis itu untuk diberikan sebagai ungkapan terima kasih karena sudah melayaninya bercakap-cakap. Sang pendeta berpikir dalam hati, "Dari tadi aku berpikir ia akan meminta sejumlah uang, tetapi ia malah memberi sesuatu *kepadaku*."

Setiap kali kita memilih tidak bersikap baik, kita sedang membiarkan nafsu kita merajai diri kita sendiri. Kita menyakiti diri sendiri dan membuat hati kita semakin keras. Kisah pendeta itu layak direnungkan karena kita pun kerap berpikir seperti itu. Sang pendeta merasa yakin bahwa perempuan itu duduk di sisinya untuk mendapat sejumlah uang darinya. Ternyata, malah perempuan itu yang memberinya sesuatu.

Tindakan kita tidak selalu berhasil sebagaimana yang kita rencanakan, tetapi jika kita punya niat yang baik, saya yakin, kita akan selalu mendapatkan manfaat dari tindakan yang kita lakukan. Karenanya, semestinya kita terus menguji dan mengecek niat atau motivasi kita melakukan sesuatu. Itu merupakan ajaran tasawuf yang sangat penting. Kita harus secara sadar merenungi tujuan yang ingin kita raih sebelum memulai suatu tindakan. Tanpa kesadaran seperti itu, keadaan spiritual kita tidak akan pernah berkembang.

Jalan spiritual melibatkan kesadaran yang diejawantahkan dalam tindakan.

Sewaktu Muzaffer Efendi menjadi syekh kepala, ia menyampaikan ceramah singkat kepada para darwis Tarekat Jerrahi. Ia memulai ceramahnya dengan mengatakan, "Tasawuf bukanlah teori. Tasawuf adalah praktik. Amal." Dalam ceramahnya, ia membahas proses belajar dan mengajar. Ia mengingatkan bahwa Nabi Muhammad saw. mengajarkan kita untuk belajar setiap hari. Kemudian ia menyatakan bahwa seharusnya kita tidak membeda-bedakan antara guru dan murid sufi. Jika kita terus belajar, kita akan menjadi murid seumur hidup. Dan jika ada orang bertanya sesuatu yang telah kita pelajari, kita harus siap berbagi. Kapan pun kita berbagi pengetahuan, saat itu kita adalah seorang guru. Menjadi murid seumur hidup berarti juga menjadi guru seumur hidup. Tentu saja kebalikannya juga sama benarnya—menjadi guru sekaligus juga menjadi murid sepanjang hayat.

Safer Efendi mengingatkan bahwa kita *semua* adalah guru dan murid meskipun sebagian diberi tugas formal sebagai guru sufi. Seharusnya sepanjang hidup kita terus belajar dan mengajar. Jika kita mandek menjalankan peran sebagai guru, kita menjadi stagnan dan gagal untuk belajar dari murid-murid kita. Jika kita mandek menjalankan peran sebagai murid, kita gagal memenuhi kewajiban untuk melayani orang lain dengan mengajarkan apa yang telah kita pelajari. Kita seharusnya tidak pelit dan menyimpan apa yang sudah kita pelajari hanya untuk diri kita sendiri.

Cara paling mendalam untuk mengajarkan tasawuf adalah memberikan teladan bagaimana seharusnya seorang darwis berperilaku. Seperti yang sudah saya sudah singgung sebelumnya, Safer Efendi pernah berkata, "Aku tidak tahu banyak tentang tasawuf, tetapi aku menyukai apa yang kupelajari dan aku telah menerapkannya selama lebih dari 40 tahun." Sebagai darwis, semestinya kita menyukai apa yang kita pelajari dan berusaha

mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari. Jika kita tidak menyukai apa yang sedang kita pelajari, kita tidak akan belajar banyak.

Pikirkanlah segala pengalaman kita selama belajar. Kita semua belajar hanya untuk lulus dalam pelajaran tertentu, bukan karena peduli terhadap pelajaran tersebut. Seberapa banyak yang kita ingat dari pembelajaran seperti ini? Satu atau dua hari setelah ujian, sebagian besar pelajar sudah melupakan lebih dari separuh yang sudah mereka pelajari. Beberapa minggu kemudian, yang mereka lupakan lebih dari 90 persen. Mengapa? Tingkat ingatan itu begitu rendah karena mereka tidak peduli dengan apa yang mereka tengah pelajari dan tidak menerapkannya dalam kehidupan.

Salah satu cara untuk meraih rida Allah adalah saling mendorong sesama kita untuk belajar dan bertindak berdasarkan apa yang telah kita pelajari. Kita dapat menjadi teladan satu sama lain. Dalam sebuah hadis qudsi, Allah berfirman, "Jika kalian mempelajari sesuatu yang baru dan mengamalkannya, Aku akan mengajari kalian hal lain." Dalam hadis ini Tuhan berjanji mengajari kita secara langsung jika kita bertindak berdasarkan apa yang telah kita pelajari. Begitu tegas penekanan Tuhan berkaitan dengan pentingnya tindakan, atau amal. Perhatikanlah kebaikan dan berkah tak ternilai seandainya Tuhan menjadi guru kita.

Sayangnya, kita hidup di tengah budaya yang mementingkan kata-kata, bukan tindakan. Muzaffer Efendi pernah mengatakan, pembacaan yang kosong itu ibarat seseorang yang dikuntit seekor singa saat berjalan di hutan. Alih-alih bertindak menyelamatkan diri, ia hanya berkata, "Aku berlindung di pohon ini!" Kata-katanya itu sama sekali tidak akan menolong dan menyelamatkannya dari terkaman singa. Semestinya ia langsung memanjat pohon itu, bukannya mengatakan atau meneriakkan kata-kata itu.

Banyak orang menghabiskan berjam-jam waktu mereka untuk menonton acara televisi atau film. Mereka terus mendengarkan kata-kata kosong yang diucapkan para aktor. Memang kita mendapatkan hiburan yang baik dan menyenangkan. Namun, selain itu, apalagi yang kita dapatkan? Mungkin ada sebagian kata atau ungkapan para aktor itu yang menyentuh hati kita. Tapi, seberapa sering itu terjadi, dan seberapa besar pengaruhnya pada diri kita?

Kata-kata yang kita tuturkan dalam doa bisa menjadi sangat luarbiasa kaya dan menggugah. Namun, sering kali kita mengucapkan kata-kata itu tanpa merenungi maknanya. Kita daraskan kata-kata dalam Al-Quran tanpa berpikir bahwa kata-kata itu adalah pesan-pesan Allah Swt., yang kedalaman maknanya tak terbatas.

Saya ingat sebuah kisah sufi tentang kekuatan kata-kata. Bertahun-tahun silam, ada seorang syekh Jerrahi yang terkenal di seantero Istanbul sebagai penyembuh andal.[36] Suatu malam syekh itu diundang ke sebuah jamuan makan malam. Di antara tamu jamuan makan malam itu adalah menteri kesehatan kesultanan Turki Utsmani yang belajar ilmu kedokteran di Paris. Sang menteri sangat membanggakan pengetahuan kedokterannya dan meremehkan kemampuan medis kaum muslim tradisionalis seperti yang dimiliki sang syekh. Dikisahkan, putri sang tuan rumah menderita epilepsi dan malam itu sakitnya kambuh. Tuan rumah meminta syekh mendoakan putrinya, dan setelah syekh mendoakannya, anak itu sembuh dari sakitnya.

Sang menteri jengkel menyaksikan kejadian itu dan berkata, "Kita harus menghentikan takhayul semacam ini dan beralih menggunakan ilmu kedokteran Barat yang modern. Omong kosong macam ini membuat saya jengkel. Saat ini kita hidup di zaman modern. Kita punya teknik pengobatan modern, bukan pepesan

---

[36]Salah satu kelebihan Tarekat Jerrahi adalah kemampuan menyembuhkan dan menakwil mimpi.

kosong dan penyembuhan pura-pura seperti ini." Syekh berpaling kepada sang menteri dan berkata, "Saya tidak tahu, mengapa mereka mempromosikan orang tolol menjadi seorang menteri!" Wajah sang menteri semakin merah karena marah. Syekh melanjutkan ucapannya, "Bagaimana bisa seseorang yang nyaris tak punya kecerdasan sama sekali diangkat sebagai abdi pemerintah?" Wajah sang menteri memucat. Saking marahnya, ia tampak kesulitan bernapas.

Tetapi tiba-tiba nada suara Syekh berubah, "Anakku, aku lihat kamu sangat jengkel dan marah. Duduk, dan tenangkan dirimu. Kemarahan tidak baik untuk kesehatanmu." Sang menteri tidak tahu harus berkata apa. Syekh meneruskan tuturannya, "Lihatlah, bagaimana beberapa kata memengaruhi dirimu. Tekanan darahmu tiba-tiba naik tajam. Jantungmu berdebar-debar. Jika beberapa kata buruk dapat memperburuk keadaanmu, semestinya kata-kata suci Al-Quranul Karim bisa memperbaiki dan menyembuhkan kita."

12

Saling Mendoakan

Ada dua jenis doa dalam Islam. Jenis yang pertama adalah doa formal, atau shalat. Dalam shalat, lafal bacaan shalat dan gerak tubuh harus sesuai dengan ketentuan. Saat mengerjakan shalat, kita harus berdiri menghadap arah kiblat, melafalkan ayat-ayat Al-Quran, terutama rukun yang wajib, yaitu membaca Surah al-Fâtihah. Kita juga harus memperhatikan bagaimana seharusnya rukuk, sujud, dan seterusnya. Doa jenis lainnya adalah doa pribadi. Doa jenis ini kadang-kadang disebut doa permohonan untuk meminta pertolongan kepada Allah Swt.

Kita bisa berdoa untuk orang lain atau untuk diri sendiri. Banyak orang berdoa meminta sesuatu yang bersifat material. Misalnya, mereka meminta, "Ya Allah berikanlah aku mobil Cadillac yang baru," atau, seperti lagu tenar yang dinyanyikan Janis Joplin, "Ya Tuhan, bisakah kaubelikan aku Mercedez Benz?" Dewasa ini, tampaknya kita lebih sering berdoa meminta televisi baru atau peralatan elektronik lain. Mungkin kita tidak sering meminta benda-benda itu kepada Tuhan secara terang-terangan, tetapi kita benar-benar menginginkannya di dunia ini.

Kita sering kali lupa atau bahkan enggan berdoa memohon sesuatu yang bersifat spiritual. Misalnya, memohon kepada Allah

untuk membukakan hati kita, membuat kita lebih jujur, tidak egois, banyak beramal, dan lebih dewasa. Tentu saja kita dapat meminta kepada Allah hal-hal seperti itu atau memohon agar orang lain mendapatkan kebaikan. Hampir semua doa yang diajarkan dalam Al-Quran dan hadis menggunakan kata ganti kami, bukan aku. Ini berarti, kita diajarkan untuk melibatkan dan peduli pada orang lain, pada saudara dan kawan kerabat kita. Kita diminta untuk juga mendoakan orang lain, dan juga orang-orang yang kita cintai. Kita dapat mendoakan mereka yang tengah ditimpa kesulitan berat. Kita semestinya mendoakan orang-orang yang kesusahan atau kelaparan. Tentu saja kita tidak sekadar berdoa; kita juga harus bertindak untuk membantu mereka. Namun, sekurang-kurangnya kita bisa mendoakan mereka.

Allah Swt. berfirman dalam Al-Quranul Karim, "*Berdoalah kepada Tuhanmu dengan rendah hati dan suara yang lembut.*"[37] Sebagai muslim, tentu setiap saat kita memanjatkan doa yang bersifat formal, yaitu saat kita mendirikan shalat. Namun, shalat dengan segala lafal bacaan dan gerakan tubuh, bukanlah doa yang bersifat rahasia. Shalat yang kita tunaikan, baik di masjid secara berjamaah maupun seorang diri, adalah tindakan lahiriah. Tidak ada yang rahasia dalam shalat meskipun saat shalat ada kalimat-kalimat yang kita ucapkan dalam hati. Apakah yang dimaksud "suara yang lembut" dalam ayat di atas? Saya yakin, suara yang lembut yang dimaksudkan dalam ayat itu adalah meminta dengan kerendahan hati secara pribadi, secara rahasia. Kita memohon pertolongan untuk diri sendiri dan/atau orang lain.

Ketika bershalat kita cenderung melibatkan penilaian dan pertimbangan orang lain. Nafsu dalam diri kita menghendaki kita kelihatan baik dan kita tidak bisa menahan diri dari berharap orang lain memperhatikan betapa khusyuknya kita menjalankan shalat.

---

[37]QS al-A'râf (7): 55.

Suatu hari, seorang imam tetap berada dalam masjid setelah menunaikan shalat Isya untuk berdoa secara pribadi. Ia berkata keras-keras, "Ya Allah, aku ini bukan siapa-siapa." Seorang muazin yang baru masuk masjid mendengar doa sang imam sehingga ia pun berkata dengan suaranya yang indah, "Ya Allah, aku ini bukan siapa-siapa." Lalu seorang pengemis yang memasuki masjid itu dan mendengar ucapan kedua orang itu, juga berkata, "Ya Allah, aku ini bukan siapa-siapa."

Sang imam berpaling pada sang muazin dan berujar dalam hati, "Dia pikir dirinya siapa dengan mengatakan dirinya bukan apa-apa?"

Lihatlah apa yang terjadi ketika kita berdoa di depan umum. Nafsu kita seketika beraksi. Karena itulah Allah menyatakan dalam ayat di atas agar kita berdoa dengan rendah hati dan suara yang lembut.

Mengapa kita dianjurkan berdoa dengan rendah hati?

Sebab, diri kita ini bukanlah apa-apa di hadapan Allah. Orang yang paling berkuasa, paling kuat, paling kaya, dan paling cerdas sekalipun akan meninggalkan segalanya ketika meninggal dunia. Kita semua adalah pengemis yang mengetuk-ngetuk pintu Tuhan. Hanya Dia yang kuasa memberi kita segalanya dan hanya Dia pula yang kuasa mengambil apa pun dari diri kita. Jika kita tidak bersikap rendah hati dan merendahkan diri di hadapan Allah, kita tidak akan memohon dengan santun. Kita cenderung meminta kepada Tuhan seolah-olah sedang memesan makanan di sebuah restoran: "Pelayan, bawakan aku satu potong *steak*. Aku ingin yang setengah matang". Kita bersikap seakan-akan kitalah pemilik segala sesuatu. Padahal, kita tidak memiliki apa-apa. Jika kita merendah, kita sadar bahwa kita tidak punya *hak* untuk menerima apa pun. Kita bahkan tidak punya hak untuk meminta. Sungguh menjadi berkah yang sangat berharga ketika kita dapat meminta apa pun kepada Allah. Kita tidak memiliki apa-apa dan segala yang kita

dapatkan itu berasal dari kemurahan-Nya yang tak terbatas. Itulah sikap yang pantas ketika berdoa. Sebagai tambahan, mursyid saya pernah mengatakan bahwa agar doa kita dikabulkan, kita harus memperhatikan makanan yang kita cerna. Makanlah makanan yang halal dan didapatkan dengan cara yang halal pula. Jangan merusak doa dan kebaikan yang kita panjatkan kepada Allah dengan makanan yang haram atau rezeki yang didapatkan dari jalan yang haram.

Ingatlah, sesungguhnya kita tidak memiliki apa-apa. Kita pun tidak mengetahui Kehendak Allah dan kita tidak memahami rahasia ciptaan-Nya. Pemahaman kita sangatlah dangkal dan pengetahuan kita sangat terbatas. Dalam ayat di atas Allah mengajarkan kepada kita agar meminta dengan kerendahan hati. Tuhan akan menjawab doa kita, tetapi Dia tidak selalu menjawab seperti yang kita harapkan atau di waktu yang kita harapkan. Dalam banyak hal, tindakan berdoa itu sendiri lebih penting ketimbang jawaban Tuhan atas doa kita. Ketika berdoa, kita memusatkan perhatian pada apa yang kita inginkan. Tetapi yang lebih penting lagi, kita harus menjaga hubungan baik dengan Tuhan.

Nabi Muhammad saw. bersabda, "Berdoa adalah inti ibadah."

Apa makna hadis ini? Artinya, doa adalah percakapan dengan Tuhan. Konon, ketika berdoa, kita berada di satu ujung sajadah dan Tuhan ada di ujung lainnya. Al-Quran mengajarkan, "*Sujudlah dan dekatkan (dirimu kepada Tuhan).*"[38] Namun, kita sering kali merasa sulit dan sangat jarang menyadari bahwa shalat merupakan percakapan kita dengan Tuhan. Kita terpaku pada bentuk lahiriah dan sering mengabaikan kekhusyukan karena telah bertahun-tahun kita menunaikan shalat. Jadi, butuh perjuangan yang berat untuk tetap khusyuk saat mengerjakan shalat.

---

[38]QS al-'Alaq (96): 19.

Ketika berdoa, sesungguhnya kita sedang menghubungkan diri dan bercakap-cakap dengan Allah. Jika kita tulus dan ikhlas berdoa, kita benar-benar hadir bersama Allah saat kita menyampaikan permohonan kepada-Nya. Kita berkata, "Ya Allah, aku membutuhkan-Mu." Atau, "Ya Allah, berikanlah kesehatan kepada teman-temanku yang sedang sakit." Pada momen-momen tersebut, kita benar-benar hadir bersama Allah dan kebersamaan kita dengan-Nya sesungguhnya telah menjadi jawaban dan ganjaran yang sesungguhnya. Jangan berpikir bahwa doa berhasil jika kita mendapatkan apa yang kita inginkan. Sebab, berdoa itu sendiri merupakan berkah dan kebaikan yang nyata.

Ada beberapa pertanyaan menarik tentang hal ini yang sering menjadi perdebatan antara kalangan ulama dan kaum sufi: apakah lebih baik berdoa atau bersikap pasrah atas apa pun yang diberikan Allah kepada kita? Haruskah kita bersabar dan puas dengan apa yang kita miliki atau haruskah kita meminta kepada Allah apa-apa yang kita inginkan? Pertanyaan-pertanyaan ini tidak mudah dijawab. Haruskah kita berdoa, "Ya Allah, aku sakit. Aku ingin sehat ..." atau, "Ya Allah, aku ingin tumbuh dalam perjalan spiritual ini ..." atau, "Aku menginginkan yang terbaik bagi anak-anakku ..." Semua doa dan permohonan itu penting. Namun, barang kali lebih baik jika kita mengatakan, "Ya Allah aku percaya kepada-Mu. Aku percaya pada kebijaksanaan, rahmat, dan kasih sayang-Mu, aku menerima apa pun yang Engkau berikan kepadaku." Safer Efendi merekomendasikan doa: *"Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah kami dari siksa neraka."*[39] Inilah cara berdoa yang baik: "Ya Allah, aku membutuhkan-Mu. Kaulah yang mengetahui apa yang terbaik untukku." Bukankah bersikap sabar dan kanaah itu penting?

---

[39] QS al-Baqarah (2): 201.

Jadi, apa yang harus kita lakukan? Mengapa saya ajukan pertanyaan ini dan seakan-akan memperumit masalah ini setelah saya memulai bagian ini dengan mengulas nilai penting berdoa? Sebab, kadang-kadang kita bertanya kepada diri sendiri: "Apakah ini waktunya untuk berlatih kesabaran ataukah ini waktunya untuk mencoba dan mengubah segalanya?" Bagaimana kita mengetahui salah satu dari kedua pilihan itu? Kita dapat mengajukan pertanyaan pada diri sendiri dan memperhatikan jawaban yang diungkapkan hati kita. Apakah hati kita mengatakan agar bersabar ataukah menorong kita agar segera memohon pertolongan Allah?

Kita harus khusyuk dan memusatkan perhatian ketika berdoa. Mungkin salah satu ciri sikap doa yang baik adalah kita merasakan seakan-akan hati kita mengembang ketika berdoa. Sebaliknya, apabila hati kita mengerut, mungkin kita perlu untuk lebih keras lagi melatih kesabaran.

Berdoa tidak perlu dipraktikkan secara mekanis; tasawuf bukanlah buku kumpulan resep masakan. Tasawuf dan Islam merupakan cara hidup yang tidak dibatasi berbagai ritual. Tujuannya adalah berusaha menjadi pelayan Tuhan yang layak sebagaimana yang Dia kehendaki. Ada banyak buku tentang tasawuf atau tradisi mistik lainnya. Juga ada banyak buku tentang takwil mimpi yang memberi tahu kita apa "arti" mimpi yang kita alami saat tidur. Ada juga buku yang menjelaskan keutamaan amal atau bacaan tertentu; bahwa jika jika mengamalkan amal tertentu beberapa kali sehari maka kita akan mendapatkan kebaikan tertentu. Semua buku-buku itu memiliki keunggulannya sendiri dan tidak ada salahnya untuk mencoba mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari. Namun, terus-terusan berupaya mengubah segala sesuatu dalam hidup bisa menjadi perangkap yang menghancurkan. Sikap seperti itu akan mengurangi keinginan untuk bersikap tunduk dan kanaah. Karenanya, kita harus terus berupaya melatih kesabaran dan kepercayaan kepada Allah.

Jalan ruhani yang kita tempuh ini bagaikan lomba lari marathon, bukan lomba lari cepat. Jalan ini adalah lomba marathon untuk semua orang, bukan hanya untuk para atlet (atau para cendekia). Kita harus bertanya kepada diri sendiri, apa yang akan membantu kita berkembang dalam jangka panjang? Apakah rasa sakit atau kesulitan yang sedang kita alami ini memberi kita pelajaran yang berharga? Ataukah lebih baik meminta kepada Allah berbagai hal agar kita menjadi lebih baik dan maju?

Beberapa mursyid mengungkapkan bahwa jika kita lebih suka berdoa untuk kepentingan diri sendiri, itu berarti zikir kita belum benar. Sebab, jika kita mengingat Allah secara mendalam, kita tidak akan berhasrat meminta apa pun untuk berubah. Tidak ada ruang dalam diri kita untuk segala hal lain kecuali mengingat Allah.

Banyak muslim yang memanjatkan doa-doa tertentu setelah shalat. Kadang-kadang saya merasa tidak menginginkan apa pun untuk diri saya sendiri pada titik itu. Keadaan seperti itu saya anggap sebagai berkah yang besar. Untuk sesaat, saya merasa waras dan puas. Saya merasa tidak membutuhkan apa pun. Ini keadaan yang sangat berbeda dari banyak keinginan ego saya. Ini juga menjadi momen yang sangat istimewa untuk mendoakan orang lain.

Setiap saat kita semestinya bertanya pada diri sendiri, "apakah tindakan atau amal yang kita lakukan bermanfaat dan bisa membuka hati kita atau tidak?" atau, "Apakah zikir yang terus kuamalkan dapat membuka hatiku atau tidak? Dan apakah semua aktivitas yang kulakukan hari ini membuka dan melapangkan hatiku?" Aktivitas sehari-hari yang dimaksud termasuk membaca buku dan menonton film, bukan hanya membaca buku-buku tasawuf.

Bagaimana kita dapat membangun dan memelihara spiritualitas kita? Bagaimana cara agar hati kita terbuka? Tidak ada jawaban yang mudah untuk kedua pertanyaan itu. Mungkin sebagian orang merasa hati mereka terbuka ketika membaca karya penyair-sufi besar seperti Jalaluddin Rumi. Namun, tidak semua orang

mengalami keadaan seperti itu. Mungkin sebagian lain perlu membaca karya-karya Hafiz untuk berubah. Atau, mungkin kita perlu mendengarkan musik yang menginspirasi—bagi sebagian orang mungkin musik sufi, bagi sebagian lain bisa jadi musik klasik seperti karya Mozart.

Langkah lain yang perlu kita lakukan adalah selalu mengkaji dan melakukan evaluasi diri; kita mesti memperhitungkan dampak batin dari apa yang telah kita lakukan. Kadang-kadang kita berpikir dan merasa telah mengalami perkembangan pesat di jalan spiritual ini, tetapi ketika melongok lebih jauh ke dalam, kita sadar bahwa ternyata kita tidak mengalami kemajuan sedikit pun. Jadi, kita mengulangi dari awal lagi.

Kembali pada bahasan kita tentang doa, saya ingin memperingatkan tentang doa yang didasari ego atau nafsu. Ego kita selalu menghendaki berbagai hal sehingga kita bisa menghabiskan seluruh waktu kita berdoa meminta kesuksesan duniawi, ketenaran, kekayaan, dan lain-lain. Kita tidak akan pernah kehabisan sesuatu untuk diminta. Setiap saat kita selalu menginginkan dan membutuhkan berbagai hal, tetapi itu tidak berarti kita harus memilikinya. Hanya karena kita menginginkan sesuatu, bukan berarti kita harus berdoa untuk mendapatkan sesuatu itu.

Ini mengingatkan saya pada cerita tentang seorang pria kaya yang mendatangi seorang mursyid dan berkata, "Aku telah kehilangan tasku. Isinya seribu koin emas. Aku mohon, berdoalah agar aku bisa menemukannya kembali."

Sang mursyid tidak mengatakan sepatah kata pun.

Keesokan harinya pria itu kembali datang dan kembali meminta, "Tolonglah, wahai mursyid, tolong doakan agar aku bisa menemukan kembali tasku yang hilang."

Sekali lagi sang mursyid diam seribu bahasa.

Di hari ketiga pria itu kembali dan memohon, "Tolong doakan aku bisa menemukan tasku."

Sang mursyid mengangkat tangannya dan berdoa, "Ya Allah, pilihkanlah yang terbaik untuk orang ini."

Itu adalah alternatif yang tidak akan pernah disarankan nafsu kita. Tuhan mengatakan agar kita berdoa dengan kerendahan hati dan sama sekali tidak menunjukkan kerendahan hati orang yang berdoa, "Ya Allah, aku tahu apa yang terbaik untuk diriku. Inilah yang kubutuhkan. Dan aku ingin Engkau mengabulkan apa yang kumohonkan secepatnya!" Seperti itulah gambaran diri kita yang dikuasai ego, selalu merasa tahu, meremehkan orang lain, dan mendesak ketika meminta. Alih-alih merasa tahu, akan lebih santun jika berdoa seperti ini: "Ya Allah, aku punya berbagai keinginan, tetapi aku percaya bahwa Kau akan memberikan yang terbaik untukku." Apa pun yang Allah pilihkan untuk kita selalu yang paling baik daripada apa yang kita minta untuk diri kita sendiri.

Kisah itu mengingatkan saya pada kisah lainnya. Seorang laki-laki merasa dirinya sangat membutuhkan sebuah mobil sehingga ia berdoa, "Ya Allah, aku sungguh-sungguh butuh sebuah mobil. Tolong kirimkan untukku sebuah sedan Nissan yang kecil." Setiap hari selama seminggu pria itu berdoa agar mendapatkan Nissan. Tidak ada yang terjadi. Minggu berikutnya ia masih memanjatkan doa yang sama. Akhirnya, setelah beberapa hari ia mendapatkan sebuah mobil Nissan bekas dan membelinya dengan harga yang cocok. Malam itu ia bermimpi mengeluh betapa lamanya Tuhan mengabulkan doanya. Lalu, satu suara menjawab, "Aku sudah memilih sebuah Mercedes baru untukmu, tetapi kau bersikeras menginginkan Nissan. Jadi, kukirimkan Nissan itu untukmu."

Sekali lagi, kita sedikit pun tidak mengetahui apa yang terbaik bagi diri kita.

Doa yang dipanjatkan dengan ikhlas memiliki kekuatan yang dahsyat. Dikisahkan, seorang perempuan mendatangi seorang mursyid dan memohon agar mursyid mendoakan putranya. Katanya, "Putraku dikirim ke medan perang dan aku belum

mendengar kabar darinya. Aku khawatir ia terbunuh atau tertawan. Aku mohon, doakanlah ia agar selamat dan kembali kepadaku."

Sang mursyid mendoakan putra ibu itu dalam hatinya. Beberapa minggu kemudian, perempuan itu datang kembali bersama putranya. Sambil mengucurkan air mata, ia berkata, "Putraku ditawan dan dibelenggu. Namun, mendadak rantai yang membelunggunya lepas dari tubuhnya. Ia berdiri dan para penawannya langsung merantainya lagi. Sekali lagi rantai itu putus kembali. Para penjaga menghadapkan putraku kepada kepala penjara, yang kemudian berkata kepadanya, 'Kau punya ibu, bukan? Ibumu mendoakan kebebasanmu dan Tuhan mendengarkan doanya. Aku harus melepaskan dirimu.'"

Jika kita merasa sangat membutuhkan sesuatu dan berdoa disertai rasa cinta dan tawakal seperti si ibu yang mendoakan anaknya, saya yakin, Allah akan mengabulkan doa kita. Di sisi lain, Tuhan tidak selalu langsung menjawab doa kita. Ketika berdoa, sering kali secara tidak langsung kita mendesak Tuhan, seakan-akan mengatakan, "Ya Allah, aku menginginkannya sekarang." Padahal, Allah telah menegaskan dalam Al-Quran: *"Berdoalah kepada-Ku, niscaya Kuperkenankan bagimu."*[40] Namun, Allah tidak berjanji akan mengabulkan doa secara langsung. Para kekasih Allah yang dirahmati dan selalu berdoa dengan tulus akan mendapat limpahan berkah dan kebaikan karena banyak berdoa dan karena menetapi jalan kesabaran. Alih-alih mengurangi pahala dari apa yang mereka inginkan, Allah membuat mereka menunggu, menunda pengabulan doa sehingga mereka terus mendapat pahala kebaikan yang lebih besar dari doa yang tanpa bosan ia panjatkan dengan ikhlas.

Kita menginginkan pahala saat ini juga; kita inginkan kesembuhan dan kelapangan hidup sekarang juga. Namun, Tuhan mungkin menundanya sehingga yang dapat kita lakukan adalah

---

[40]QS al-Mu'min (40): 60.

tanpa bosan terus memohon dan berdoa kepada-Nya. Sikap itu menunjukkn kerendahan hati yang diperintahkan Allah dalam firman-Nya di atas. Berdoa tanpa keikhlasan dan kerendahan hati hanya akan melahirkan kecemasan dan kegelisahan.

Kita tidak suka melihat orang yang kita cintai menderita, tetapi mungkin keadaan itu merupakan yang terbaik bagi mereka. Mungkin ada pelajaran penting yang harus mereka pelajari melalui rasa sakit, kehilangan, atau penderitaan. Mungkin balasan dan kebaikan yang sesungguhnya kita dapatkan dari kesabaran kita menjalani kesulitan dan penderitaan. Berbagai kesulitan, rasa sakit, dan penderitaan memaksa kita untuk belajar bersabar, yakin, dan menerima.

Kita harus selalu ingat ingat bahwa ketika berdoa mengharapkan sesuatu, kita benar-benar tidak tahu apa yang terbaik bagi diri kita atau orang-orang yang kita sayangi. Ada sebuah kisah lama tentang tiga darwis yang mengembara melewati gurun dan melihat beberapa tulang belulang tergeletak di pasir. Darwis pertama berkata, "Aku sungguh penasaran, tulang belulang binatang apakah ini? Ya Allah, aku mohon, satukanlah kembali tulang belulang ini." Dan tulang-tulang itu pun menyatu kembali.

Darwis kedua berdoa, "Ya Allah, bungkuslah tulang-tulang itu dengan daging. Berilah tulang-belulang itu kehidupan."

Darwis ketiga dengan cepat berseru, "Ya Allah, tetapi hanya jika binatang itu baik untuk kami."

Dan seekor singa yang nyaris terbentuk di hadapan mereka kembali menjadi tulang belulang.

Keadaan kita mirip seperti ketiga darwis itu. Dalam ketidaktahuan, mungkin saja kita berdoa, "Aku menginginkan ini dan itu terjadi." Kita mengira diri kita lebih pintar daripada dua darwis yang pertama dalam kisah itu, tetapi kita semua memiliki sudut pandang yang terbatas. Apa yang kita inginkan mungkin tidak baik untuk kita. Karenanya, sangat penting untuk

menjaga kerendahan hati ketika berdoa, di antaranya dengan selalu menambahkan kalimat: "Ya Allah, jika yang kumohonkan itu memang baik untukku" dalam doa-doa kita.

Ringkasnya, saya sarankan, "Berdoalah dan jangan berdoa." Maksudnya, berdoa adalah ibadah, bahkan jantungnya ibadah sehingga meski tak segera dikabulkan, tindakan berdoa itu sendiri akan memberi kita balasan kebaikan. Ketika berdoa kita menikmati hubungan yang indah dengan Tuhan. Namun, jangan berdoa, jangan memohon kepada Allah jika permohonanan Anda itu didasari keserakahan atau nafsu egoistik.

Sungguh baik untuk merenungi secara serius, apa sesungguhnya yang kita inginkan ketika berdoa. Apa yang benar-benar pantas untuk dimohonkan dalam doa? Mengetahui bahwa Tuhan mencintai doa yang tulus, bukankah kita semestinya duduk dan merenungi pertanyaan seperti:

"Apa yang benar-benar harus kumohonkan kepada Allah saat ini?"

"Apa yang harus kumohonkan kepada Allah untuk diriku sendiri?"

"Apa yang harus kumohnkan kepada Allah untuk orang-orang yang kucintai?"

"Apa yang harus kumohonkan kepada Allah untuk dunia?"

Kita juga dapat mengajukan pertanyaan kepada diri sendiri: "Apa yang diinginkan hatiku, bukan pikiranku? Apa yang sesungguhnya benar-benar kurindukan?" Sungguh sangat baik dan bermanfaat jika kita mau meluangkan waktu untuk merenungi pertanyaan-pertanyaan itu.

Sebagai tambahan, ketika berdoa, rasakanlah kehadiran Tuhan. Jika kita bisa hadir bersama Tuhan saat berdoa yang mungkin sangat jarang kita lakukan maka sesungguhnya kita telah mendapat kebaikan dan berkah yang besar. Bahkan, kemampuan berdoa itu sendiri telah menjadi berkah bagi kita. Sebab, tidak banyak

orang di zaman modern seperti sekarang yang dapat berdoa dan menghubungkan dirinya kepada Allah dengan sungguh dan tulus. Tidak banyak orang yang menjaga kerendahan hati dan menyerahkan kepada Allah untuk memberi yang terbaik bagi kita. Doa bukan semata-mata perangkat atau media untuk mendapatkan apa yang kita inginkan. Doa akan memengaruhi dan mengubah keadaan diri kita jika kita meyakini dan menyadari kekuatannya. Dengan membiasakan diri berdoa dan menghubungkan diri kepada Allah, kita akan lebih memperhatikan apa yang terjadi pada diri kita. Perbedaan antara tasawuf dan ritual ibadah lahiriah adalah bahwa dalam tasawuf kita belajar memperhatikan efek batiniah dari segala tindakan kita.

Salah satu aspek paling penting dari jalan tasawuf yang kita tempuh adalah kesadaran bahwa sesungguhnya kita membutuhkan sesuatu. Kita sangat membutuhkan rahmat, berkah, dan pertolongan Tuhan. Hanya ego yang mengatakan bahwa kita tidak membutuhkan apa-apa, bahwa kita mampu melakukan apa pun secara mandiri, dan bahwa kita dapat mencukupi kebutuhan diri kita sendiri. Ingatlah, hanya Allah yang sanggup mencukupi Diri-Nya sendiri. Berdoa adalah sebuah cara untuk mengatakan: "Ya Allah, aku membutuhkan sesuatu. Aku membutuhkan-Mu. Aku tidak bisa melakukannya sendiri. Aku membutuhkan berkah-Mu. Aku butuh pertolongan-Mu. Aku berdoa untuk mendapatkan pertolongan-Mu dan aku sama sekali tidak tahu, apa seusngguhnya yang harus kuminta."

Setiap kali berdoa, tambahkanlah kalimat: "... jika itu baik untuk diriku" atau "... jika itu memang apa yang mereka butuhkan ..." Kita kerap bersikap angkuh dengan beranggapan bahwa kita mengetahui apa yang kita butuhkan untuk diri kita sendiri, atau, lebih buruk lagi, bahwa kita tahu apa yang terbaik bagi orang lain. Kadang-kadang pikiran atau permintaan yang kita sampaikan itu tampak masuk akal. Jika seseorang jatuh sakit, masuk akal jika kita

berdoa memohon kesembuhan baginya. Tapi, apakah kita tahu bahwa bisa jadi ia akan mendapatkan pelajaran dan berkah yang sangat besar dalam jangka panjang dari rasa sakit yang dideritanya? Mungkin jika orang itu tidak segera sembuh, ia akan berdoa kepada Allah secara tulus untuk kesembuhannya dan bisa jadi itulah berkah terbesar yang bisa didapatkannya.

Beberapa orang berdoa dalam hati dan sebagian lainnya berdoa dengan suara keras. Saya sendiri berpikir lebih baik untuk berdoa dalam hati seperti yang telah Allah perintahkan dalam Al-Quran. Setiap orang memiliki cara dan sikap yang berbeda ketika berdoa dan mengungkapkan permohonan masing-masing kepada Allah. Setiap kita mungkin memiliki cara tersendiri yang membuat kita khusyuk ketika berdoa. Tidak ada aturan yang tegas dan batas yang ketat dalam urusan berdoa. Seperti yang telah saya kemukakan sebelumnya, yang paling penting adalah memusatkan perhatian pada apa yang kita mohonkan dan merasakan kehadiran Allah. Jika hati kita tergerak untuk berdoa dengan lantang atau jika kita merasa hati kita terbuka sewaktu kita berdoa keras-keras, lakukanlah. Jika merasa tidak nyaman berdoa dengan suara keras, berdoalah dalam hati atau dengan suara yang lembut dan pelan.

Mursyid saya pernah mengatakan bahwa doa yang paling baik adalah berada dalam kehadiran Tuhan. Itulah doa yang dapat membimbing dan mengubah diri kita. Sungguh menyenangkan jika kita bisa berdoa dan menghubungkan diri kita kepada Allah dengan hanya duduk diam. Namun, diam yang sebenarnya tidak bisa datang dengan mudah. Kita bisa mengatakan dalam hati, "Ya Allah, sesungguhnya Engkau melihat isi hatiku. Kau mengetahui apa yang lebih baik." Kemudian kita bisa duduk bersama Tuhan dan bermunajat dengan-Nya. Itulah bentuk doa yang indah.

Salah satu hal paling mengejutkan yang pernah saya alami adalah mendengarkan Muzaffer Efendi berdoa di muka umum. Saya belum pernah mendengar doa apa pun seperti itu sebelum

atau sesudahnya. Ketika Muzaffer Efendi pertama kali datang ke California, sepasang anak muda datang dan meminta beliau mendoakan mereka berdua. Mereka termasuk di antara 12 orang yang dibaiat sebagai darwis saat beliau datang untuk kedua kalinya ke California setahun kemudian. Pada perjumpaan yang pertama itu mereka meminta Muzaffer Efendi mendoakan pernikahan mereka. Ketika mendapat permintaan itu, ia tidak menanyakan agama mereka atau soal lain tentang mereka. Ia langsung membuka telapak tangannya, mengangkat kedua tangannya, dan pandangannya menuju langit. Kemudian ia panjatkan doa yang paling dalam dan paling menyentuh yang pernah saya dengar. Ia mendoakan kesehatan dan kesejahteraan untuk mereka, kemudian mendoakan agar hubungan mereka sehat dan semakin kuat. Beliau mendoakan agar mereka menjadi pasangan spiritual yang saling mengisi dan saling membimbing dalam jalan kebenaran.

Ketika ia berdoa, saya merasa seakan-akan Muzaffer Efendi sedang pergi ke tempat lain, seolah-olah ia membawa kata-kata doanya turun dari simpanan doa di surga. Doa yang terucap tidak keluar dari pikirannya, dan bukan pula dari hafalannya. Itu adalah doa pertama yang paling agung dan paling menyentuh yang pernah saya dengar.

Setelah mendengar doa Muzaffer Efendi, saya menyadari, sebelum itu saya belum pernah mendengar doa yang sesungguhnya. Semua yang saya pernah dengar sampai saat itu hanyalah pengulangan kata-kata orang lain atau susunan kata-kata dan kalimat yang dangkal. Doa Muzaffer Efendi sungguh sangat berbeda. Dalam ucapan dan lantunan doanya itu terkandung kekuatan yang sangat besar.

Jika seseorang meminta kita mendoakannya, kita bisa berdoa dengan keras atau dalam hati. Mungkin jika mereka merasa nyaman dan hati mereka menjadi tenteram, kita bisa berdoa dengan suara yang lantang. Jika ada orang yang bertanya tentang bagaimana

caranya berdoa, bertanyalah kepada mursyid Anda. Tanpa kesadaran dan ketulusan, sangat mungkin doa kita dirusak oleh ego. Bahkan, setiap saat ego kita akan selalu berusaha mencampuri segaa urusan kita. Masalahnya, seberapa buruk ego memengaruhi setiap upaya, termasuk doa kita?

Saya tidak dapat menekankan bagaimana pentingnya kita memusatkan perhatian agar hati kita menanggapi apa yang kita lakukan. Jangan biarkan ego mengarahkan dan memengaruhi pikiran kita. Sering kali kita membodohi diri sendiri akibat pengaruh ego. Sebagai contoh, ego kita membuat kita yakin bahwa kita telah mencapai kekhusyukan dan mendapatkan pencerahan padahal kenyataannya tidak.

Muzaffer Efendi pernah menceritakan sebuah kisah tentang seorang darwis yang sangat kaya raya. Mursyidnya mengatakan bahwa kekayaannya itu menjadi penghalang bagi perkembangan ruhaninya. Lalu Mursyidnya memerintahkan, "Bawa semua uangmu ke sini." Sang darwis langsung pulang dan kembali membawa uangnya, tetapi ia menyisakan satu kantung uang koin di rumahnya untuk keperluan keluarganya. Sang mursyid bertanya, "Di mana sisa uangnya?" sang darwis mengakui bahwa ia menyisakan sekantung uang untuk keluarganya. Sang mursyid berseru, "Ambil kantung uang itu dan buang ke sungai! Di mana imanmu?"

Maka darwis itu membawa kantung uang terakhirnya ke sungai. Ia mengucapkan, *bismillâhirrahmânirrahîm* seraya membuang koin pertama ke sungai. Hatinya mengembang dan ia merasa satu beban telah diangkat dari dirinya. Ia lakukan itu berulang-ulang dengan setiap koin yang dimilikinya. Setelah semua koin dibuang, ia merasa dirinya sudah mendapatkan tingkat kesadaran yang lebih tinggi.

Maka, ia bergegas kembali menemui mursyidnya dengan perasaan batiniah luar biasa yang baru ia dapatkan setelah membuang kantung uangnya. Namun, sang mursyid hanya memandangnya sekilas dan bertanya, "Apa yang telah kaulakukan?" Sang darwis

menceritakan bagaimana ia membuang sisa kekayaannya, koin demi koin, sambil mengucap *bismillah*. Sang mursyid meraung, "Aku menyuruhmu membuang kantung uangmu ke sungai. Aku tidak menyuruhmu mendramatisir perintahku itu. Sekarang, enyah kau dari pandanganku." Sang mursyid mengusir darwis itu pergi.

Sang darwis berhasil menempatkan dirinya dalam keadaan batiniah yang palsu. Di sungai, ia meyakinkan dirinya, "Dengan setiap koin yang kulempar, aku merasa lebih baik. Betapa indahnya pengorbanan yang kulakukan. Betapa spiritualnya aku." Egonya mengembang, tetapi bukan rasa cintanya kepada Tuhan. Sebagaimana sudah saya sebutkan, Tugrul Efendi mengatakan bahwa awal jalan ruhani adalah mendengarkan dan ujungnya adalah juga mendengarkan. Semestinya kita mendengarkan secara saksama apa yang dikatakan mursyid. Kisah itu menggambarkan salah satu prinsip mendasar dalam tasawuf, yaitu mendengarkan dan menaati mursyid.

Saya pernah mengatakan bahwa kita harus mengikuti kata hati, tetapi langkah itu tidaklah mudah. Darwis yang malang dalam kisah di atas mengira dirinya telah mengikuti hatinya, padahal yang ia turuti adalah egonya. Memang sepatutnya kita berusaha memusatkan perhatian pada hati kita, tetapi kita pun seharusnya tetap menggunakan penilaian dan pertimbangan akal. Tugrul Efendi sering mengatakan, seekor burung butuh kedua sayapnya untuk terbang. Sama halnya, kita juga baru bisa "terbang" dengan menggunakan dua sayap yang kita miliki. Sayap pertama adalah akal dan sayap yang kedua adalah hati. Akal bisa berkembang jika kita belajar dari para cendekiawan yang alim dan bijak. Sementara, hati bisa berkembang jika kita mengikuti bimbingan para mursyid.

Ego kita bisa saja mengatakan bahwa kita telah melakukan hal-hal yang spiritual dengan baik dan jika kita percaya pada tuturan ego maka hati kita merasa lebih baik. Namun, sesungguhnya kebaikan itu bersifat semu, karena sebenarnya hati kita kesakitan. Kita semua

mengetahui dan menyadari bahwa ego bisa melakukan semua itu. Seperti itulah gambaran berat dan sulitnya upaya menempuh jalan spiritual.

Doa yang sejati bukanlah kata-kata belaka. Doa juga merupakan tindakan. Ada banyak kumpulan kisah menakjubkan tentang cinta Nabi Muhammad dan kaum muslim di masa-masa awal perkembangan Islam terhadap binatang. Sebagian orang merasa simpati pada hewan-hewan yang kehausan dan menderita di tenga-tengah padang pasir yang terik. Kaum muslim yang tulus berbagi minuman mereka yang sebenarnya sangat terbatas dengan hewan-hewan itu.

Doa kebanyakan kita hanyalah kata-kata. Sementara, doa seorang sufi adalah tindakan, dan doa para wali adalah keadaan batiniah (*ahwâl*) mereka. Idealnya, ketiga aspek itu bersesuaian dan terhubung satu sama lain; tindakan kita bersesuaian dengan perkataan dan keadaan batiniah kita.

13

Keramahtamahan

Islam mengajarkan kepada kita untuk berakhlak kepada sesama manusia, dan terutama kepada tamu yang mengunjungi kita. Sebagai tuan ruah, kita memiliki kewajiban untuk menghormati dan melayani tamu dengan hangat, baik, dan ramah. Di pondok tarekat kami di California, para darwis diajarkan untuk selalu menghormati para tamu yang datang ke tempat kami. Jika Tuhan menginginkan orang-orang untuk datang, mereka akan datang. Dan jika Dia berkehendak, mereka akan tinggal selama beberapa lama.

Seorang darwis bercerita kepada saya tentang Safer Efendi. Pada suatu sore seorang pengunjung mendatangi pondok sufi Jerrahi di istanbul. Sebagian darwis tidak menyukai kedatangannya karena beberapa alasan dan tidak memperlakukannya dengan baik. Setelah tamu itu pergi, Safer Efendi berkata kepada para darwis itu dengan nada suara yang sangat serius. "Setiap tamu yang datang ke sini harus diperlakukan layaknya tamu pribadi Pendiri Tarekat kita," kata beliau. "Tidak seorang pun bisa memasuki rumah Pendiri Tarekat kita tanpa izin darinya."

Setiap pondok tarekat Jerrahi adalah cabang dari pusat tarekat yang ada di Istanbul, tempat Pendiri Tarekat mengajar dan dimakamkan. Ketika kami duduk di pondok tarekat yang berada di

California, bukan di Istanbul, pada hakikatnya kami sedang duduk di salah satu sudut ruangan di dalam rumah Pendiri Tarekat. Safer Efendi juga mengatakan kepada saya, "Kau ini bukan wakilku. Kau dan aku adalah wakil Pendiri tarekat." Ucapan ini tentu saja menambah beban tanggung jawab yang saya rasakan sebagai seorang syekh.

Kita bisa saja berpikir, "Bukankah lebih baik kalau kita punya lebih banyak darwis? Aku berharap kita punya lebih banyak orang untuk berzikir." Namun, ketika orang-orang datang berkunjung, tak semestinya kita memperlakukan mereka seakan-akan mereka adalah pelanggan yang mau membeli jalan tasawuf. Keadaan kita bagaikan satu keluarga yang besar dan bahagia. Kita tidak butuh lebih banyak lagi anggota keluarga karena kita saling menyayangi. Namun, ketika ibu kita melahirkan lagi seorang bayi, kita diliputi kebahagiaan. Kita tidak ingin lebih banyak orang, tetapi kita menghendaki jiwa-jiwa yang merindukan Tuhan. Kita ingin lebih banyak saudara dan saudari untuk bersama-sama menempuh Jalan Kebenaran dan Realitas. Kita harus bahagia dan puas dengan rahmat yang dianugerahkan Tuhan kepada kita, bukannya mengharapkan yang lebih banyak. Terima dan sambutlah setiap tamu yang datang berkunjung dengan penuh rasa hormat dan kasih sayang. Ingatlah bahwa setiap tamu yang datang adalah juga tamu Tuhan. Sesuatu yang bersifat material akan berkurang nilai pentingnya ketika kita membagikannya, tetapi tidak demikian dengan cinta. Semakin banyak kita memberikan cinta, justru cinta kita tumbuh semakin besar.

Ketika ada tamu yang datang, kita semestinya berpikir, "Terima kasih ya Allah, Kau telah memberiku kesempatan untuk menjalankan peran sebagai tuan rumah di tempat yang suci ini." Saya sering menekankan kepada para darwis di tarekat kami bahwa di tempat pertemuan dan ibadah ini, interaksi kita dengan para tamu dan para darwis lain adalah interaksi yang suci. Sikapilah para tamu

atau para darwis lain dengan niat memberikan pelayanan. Selain itu, saya juga menekankan mereka agar memiliki niat yang ikhlas ketika menyambut semua orang yang datang seraya mengingat bahwa hati para tamu itu juga merindukan Tuhan sebagaimana para darwis merindukan-Nya.

Kita semua punya kepribadian dan karakter yang khas. Beberapa tamu kita mungkin saja mengingatkan kita pada orang-orang dari masa lalu yang berperilaku buruk terhadap kita. Keadaan itu mungkin saja membuat kita merasa dapat bersikap kurang ramah terhadap mereka. Lupakanlah perasaan itu. Lupakanlah keburukan yang Anda alami di masa lalu. Jangan diingat-ingat. Penting untuk memahami bahwa di balik kepribadian seseorang terdapat ruh. Kita bukanlah musuh para pencuri; kita adalah musuh pencurian. Kita bukanlah musuh para pembohong; kita adalah musuh kebohongan. Kita diajari untuk mencintai jiwa-jiwa yang mencintai Tuhan.

Tentu saja, kedatangan para tamu itu menjadi tantangan tersendiri bagi tuan rumah. Jika semua orang yang datang ke pondok sufi bersikap manis dan ramah, mereka tentu tidak perlu datang. Mereka tidak akan membutuhkan disiplin spiritual. Kita semua bergabung di pondok tarekat ini karena merasa perlu untuk berkembang. Kita merasa perlu membangun dan mengembangkan karakter kita, mengurangi egoisme, dan memperdalam cinta kita kepada Tuhan. Untuk alasan itulah kita ada di pondok tarekat! Kita sendiri tidak mengharapkan kesempurnaan. Maka, tak seharusnya kita harapkan hal yang sama dari para tamu kita. Kita semua berusaha menjadi manusia yang diinginkan Tuhan. Setiap manusia memiliki jiwa yang merindukan Tuhan. Hati manusia itu rapuh dan tugas kita adalah menguatkan dan menyehatkannya, bukan menciptakan retakan baru di dalamnya.

Pada zaman dahulu, para darwis tinggal bersama mursyid mereka di pondok tarekat. Begitulah caranya semua orang belajar tasawuf. Baru-baru ini salah seorang darwis Turki senior bicara

Penting untuk memahami bahwa di balik kepribadian seseorang terdapat ruh. Kita bukanlah musuh para pencuri; kita adalah musuh pencurian. Kita bukanlah musuh para pembohong; kita adalah musuh kebohongan.

tentang betapa hebat dan luar biasanya guru-guru Muzaffer Efendi dan Safer Efendi. Ia menuturkan, "Meskipun tidak pernah bertemu dengan mursyid mereka, Fahreddin Efendi, aku yakin, cinta mereka kepada beliaulah yang telah membuat mereka tumbuh menjadi darwi sejati." Sebagai tambahan akan cinta ini, para mursyid selalu berusaha mendapatkan pengetahuan dan menerapkannya dalam kehidupan. Mereka bekerja lebih keras ketimbang kita semua.

Para darwis sepuh menghabiskan waktu luang bersama mursyid mereka. Safer Efendi bekerja sepanjang hari, kemudian menemui mursyidnya segera setelah bekerja. Ia akan tinggal bersama mursyidnya sepanjang malam hingga waktu shalat Subuh tiba. Kemudian ia tidur selama beberapa jam dan kembali bekerja. Ia terus beraktivitas seperti itu sepanjang tahun.

Interaksi harian itu merupakan berkah yang luar biasa besar. Kita tidak memiliki kesempatan seperti itu dewasa ini. Kita tidak tinggal bersama, berkebun bersama, atau bekerja bersama-sama dengan para darwis dan mursyid. Kita harus menemukan suatu cara baru dalam mempelajari dan mempraktikkan tasawuf agar spiritualitas kita tumbuh seperti mereka. Kita harus mengembangkan sebuah disiplin harian yang dapat mengubah hidup kita. Kita tahu betapa sulitnya untuk mengendalikan dan mengubah ego. Kita tidak bisa melakukannya hanya dengan bertemu setiap sore seminggu sekali.

Safer Efendi pernah berkata, "Jika kalian tidak memiliki keluarga, kalian harus memiliki sesuatu untuk dicintai. Setidaknya kalian harus punya binatang peliharaan." Sore itu di hari yang

sama, seorang darwis asal Amerika dan tinggal sendirian di Istanbul, menemukan kucing jalanan meringkuk di depan pintu apartemennya. Ia ambil dan pelihara kucing itu hingga menjadi teman yang menyenangkan baginya selama bertahun-tahun.

Sungguh mudah menyayangi seekor kucing atau anjing. Mereka dilahirkan untuk menyayangi kita dan mereka mengandalkan kita untuk mendapatkan makanan, tempat berteduh, dan nyaris segala hal lain dalam hidup mereka, sama seperti kita yang tergantung pada orang-orang di sekeliling kita. Memelihara seekor hewan peliharaan adalah praktik yang amat baik untuk belajar mencintai dan melayani ciptaan Tuhan. Tujuan kita adalah melayani seluruh ciptaan, termasuk bumi, air, dan atmosfer.

TANYA:

Ketika pertama kali datang ke pondok tarekat ini, saya mengharapkan kesempurnaan dari semua orang yang ada di sini karena tempat ini adalah tempat pendidikan spiritual, tempat yang Ilahi. Lalu, saya sadar, ternyata semua orang di sini juga memiliki masalah. Kenyataan itu benar-benar membuat saya kecewa. Saya berharap dikelilingi para wali. Saya juga berharap mendapatkan pengajaran dari mereka. Tapi, sepertinya sia-sia semua orang dalam komunitas spiritual ini berevolusi lebih tinggi karena kita semua di sini ada untuk alasan yang sama.

JAWAB:

Kau benar. Semestinya kita tidak menghadirkan diri sendiri dengan cara yang akan mendorong tamu kita berpikir bahwa kita istimewa dan mereka tidak. Tamu kita mungkin datang dengan sikap tersebut, tetapi kita harus jelaskan bahwa kita sama seperti orang lain pada umumnya. Keadaan kita tidaklah istimewa dibanding orang lain. Kita tidak lebih baik daripada tamu yang datang ke pondok sufi ini. Ego kita menginginkan

kita tampak lebih baik dari orang lain. Ego tamu kita juga memainkan permainan perbandingan sehingga mereka bisa saja menganggap kita entah lebih baik atau lebih buruk. Lakukanlah yang terbaik dengan tulus untuk menyambut dan melayani mereka, menyayangi mereka, dan memperlakukan mereka secara sama.

Ketika ada yang datang ke sini, katakanlah pada dirimu sendiri, "Terima kasih ya Allah, atas kedatangan tamu yang kami hormati ini." Kenapa mereka datang mengunjungi kita? Tentu saja menjadi kebanggaan tersendiri saat ada orang yang datang mengunjungi kita. Itu merupakan kehormatan bagi kita. Karenanya, menjadi berkah dan kebahagiaan istimewa jika kita bisa menyambut dan melayani mereka.

Kita tidak tahu siapa yang datang ke tempat kita atau mengapa mereka datang. Seseorang mungkin mengunjungi kita dan tidak tahu bagaimana cara berzikir. Mungkin mereka tidak begitu memahami apa yang kita lakukan di pondok sufi ini. Bisa jadi mereka tidak tahu bagaimana cara shalat. Mereka kemungkinan bukanlah seorang muslim. Lalu, kenapa? Hanya Allah yang mengetahui doa siapa yang diterima. Kita tidak mengetahuinya. Sejujurnya saya percaya bahwa doa yang tulus dan ikhlas dari orang yang tidak tahu cara shalat mungkin lebih diterima Tuhan ketimbang doa kita.

Ibadah yang Ikhlas

Terlalu peduli pada aturan sering kali membuat kita melupakan ruh atau hakikat sesuatu. Dalam sebuah kisah sufi yang terkenal, diceritakan ada seorang cendekiawan yang sedang mendayung perahu di sebuah danau yang luas. Ia mendekati sebuah pulau kecil dan mendengar seorang darwis melantunkan lafal *Allahu*

Akbar. Lafal ini sering salah diterjemahkan menjadi Allah itu besar. Namun, makna yang sebenarnya adalah Allah Mahabesar karena Allah melampaui segala yang ada di semesta. Hanya Allah satu-satunya transenden yang sebenarnya.

Namun, si darwis melafalkan frasa bahasa Arab sangat buruk sehingga ia lafal yang terdengar menjadi *Allâhu himar* –"Allah itu keledai". Tentu saja cendekiawan itu terkejut dan dengan cepat mendayung ke arah pulau itu untuk menegur si darwis dan mengoreksi ucapannya. Setibanya di pulau itu, ia segera menemui si darwis dan menjelaskan kekeliruannya. Ia juga mengatakan bahwa jika diucapkan dengan penuh ketulusan dan keimanan, frasa suci ini dapat memberi kekuatan yang sangat besar sehingga orang itu bahkan bisa berjalan di atas air. Setelah mengoreksi si darwis, cendekiawan itu kembali pulang dengan mendayung perahunya. Hatinya diliputi rasa senang dan bahagia karena merasa telah melakukan amal suci, yakni mengoreksi salah-ucap si darwis. Ia merasa telah memberikan pelayanan kepada pria malang yang ceroboh itu.

Namun, beberapa menit kemudian, si cendekiawan mendengar satu suara menyeru di belakangnya. Ia sangat terkejut ketika melihat darwis itu berlari di atas air sambil berteriak, "Tunggu, tolong ulangi lagi, bagaimana melafalkannya dengan benar. Aku khawatir sulit bagiku melafalkannya dengan benar karena aku telah melafalkannya dengan salah begitu lama." Cendekiawan yang masih diliputi kejut itu menjawab pelan, "Temanku, lafalkan saja kalimat yang engkau tahu. Allah pasti menerima ibadahmu apa adanya!"

Kisah ini membuat saya bertanya-tanya tentang ibadah yang sekian lama saya kerjakan. Seharusnya kita memperhatikan keadaan kita dan berusaha meningkatkan kualitas amal ibadah kita. Jika kita berupaya cukup keras, niscaya kita akan merasakan nikmat ibadah yang lebih besar. Saya masih terus bertanya pada diri sendiri apakah

saya terlalu fokus pada bentuk formal lahiriah dan tidak cukup memperhatikan ruh atau hakikat ibadah saya.

Muzaffer Efendi pernah menuturkan kisah tentang Bilal al-Habsyi, sang muazin pertama. Beberapa muslim yang masuk Islam sejak awal penyebarannya merasa jengkel pada Bilal karena ia salah melafalkan kata-kata seruan untuk shalat. Bilal berasal dari Ethiopia dan ia berbicara bahasa Arab dengan aksen asal daerahnya. Kaum muslim yang berkebangsaan Arab berujar, "Ia melafalkan seruan azan dengan buruk. Maknanya jadi rusak. Kita butuh muazin yang dapat melafalkan seruan untuk bershalat secara benar."

Saat mendengar ucapan mereka, Nabi Muhammad saw. bersabda, "Kalian tidak benar-benar mengetahui apa yang kalian katakan."

Namun, mereka bersikukuh bahwa seruan untuk shalat seharusnya dilafalkan secara benar. Akhirnya, Nabi saw. setuju, "Kalau itu yang kalian inginkan, suruh seseorang untuk menjadi muazin." Keesokan harinya salah seorang Arab muslim menyerukan azan.

Malam harinya semua orang di Madinah memimpikan hal yang sama. Seorang malaikat mendatangi mereka dan bertanya, "Mengapa kemarin kalian tidak ada yang menjalankan shalat?"

Mereka menjawab, "Tetapi kemarin kami menjalankan shalat."

Sang malaikat berkata, "Kami tidak mendengar seruan azan. Jadi, kami kira tidak ada seorang pun yang shalat kemarin."

Kemudian Nabi Muhammad saw. bersabda, "Kalian mengerti sekarang? Biarkan Bilal terus mengumandangkan azan. Allah mendengarkan hatinya, bukan suaranya."

Saya kerap menyampaikan kepada para darwis untuk selalu ingat hal ini ketika ada tamu yang datang berkunjung. Jika tamu membuat kesalahan, maklumi mereka. Jika seorang tamu tidak tahu bagaimana pergerakan ketika berzikir, letakkan tanganmu dengan lembut di tangannya dan bimbinglah dia.

Jika seseorang tidak bisa zikir, salah seorang darwis senior harus membantu orang itu. Sebagai upaya terakhir, kita mungkin harus meminta mereka pergi meninggalkan lingkaran zikir, tetapi jangan pernah membuat seorang tamu merasa tidak enak. Pernah suatu saat Tosun Efendi datang berkunjung, seorang pria tua tidak bisa bergerak dengan baik selama berzikir sehingga Tosun Efendi membawanya ke tengah-tengah lingkaran. Pria itu merasa terhormat saat ia ditempatkan di tengah-tengah lingkaran bersama para mursyid. Itulah sikap seorang darwis. Membantu seseorang dalam berzikir dan tidak melukai perasaan orang yang tidak bisa melakukannya dengan baik.

Sungguh tidak mudah menjadi tuan rumah yang baik dan ramah. Menghargai dan menghormati tamu menjadi amal yang sangat baik. Kesopanan dan keramahan dapat dipelajari dan dilatih. Para pegawai hotel, pelayan, baik yang lelaki maupun yang perempuan, mendapatkan pelatihan bagaimana melayani. Lantas, mengapa kita tidak? Aspek yang paling penting adalah niat, dorongan untuk melakukannya. Tuhan menilai keikhlasan niat kita, bukan hasilnya. Kita ada di sini untuk melayani para tamu dan makhluk Allah lainnya, dan salah satu layanan terbesar adalah membantu orang lain menempuh jalan kebenaran. Pelayanan itu dimulai dengan hal-hal yang sederhana yang kerap dilakukan setiap hari.

Kita semua berada di pondok ini untuk alasan yang sama. Jika seseorang datang ke sini, kita harus menyambut, menerima, dan melayaninya dengan baik sehingga ia menjadi kawan seiring dalam perjalanan ruhani ini. Sungguh itu merupakan berkah yang luar biasa indah. Itu benar-benar menggambarkan keadaan kita yang seharusnya sebagai darwis. Itulah diri kita yang sesungguhnya. Kita adalah pencari. Kita mencari Kebenaran, Kebenaran ilahiah.

Keserakahan dan Pertobatan

Di dalam *Matsnawi*, Jalaluddin Rumi menceritakan sebuah kisah menarik tentang keramahan. Ia menyampaikan kisah ini untuk mengingatkan kita akan empat ancaman negatif yang harus kita ubah dalam diri kita sendiri, yakni keserakahan, hawa nafsu, kesombongan, dan hasrat-hasrat duniawi. Berikut ini kisahnya.

Pada zaman Nabi Muhammad saw., beberapa pengembara non-muslim datang ke Madinah. Pada masa itu para pengembara biasanya menetap di rumah-rumah penduduk karena tidak ada hotel atau penginapan. Nabi Muhammad saw. meminta agar masing-masing sahabat mengajak setiap pengembara itu ke rumahnya dan memberi mereka makanan serta tempat untuk bermalam. Setiap sahabat memilih satu dari para pengembara itu dan membawanya ke rumah mereka.

Namun, ada seorang lelaki yang bertubuh tambun dan bersikap kasar sehingga tak ada seorang pun yang mau mengajaknya sehingga Nabi Muhammad saw. mengundang pria itu ke rumah beliau. Orang-orang di rumah Nabi saw. memelihara tujuh ekor kambing dan meminum susu kambing-kambing itu setiap harinya. Tamu bertubuh gendut itu meminum semua susu dan memakan semua makanan yang dihidangkan. Akibatnya, tidak ada sisa makanan yang bisa disantap penghuni rumah. Perut pria gemuk yang buncit itu makin menggelembung setelah makan.

Ketika tamu itu beristirahat di kamarnya, seorang pelayan sangat kesal kepadanya karena ia memakan semua makanan mereka sehingga ia mengunci tamu itu dari luar. Di tengah malam, lelaki itu ingin pergi ke kamar mandi. Ia mencoba keluar dari kamar, tetapi tidak bisa karena pintunya terkunci.

Tamu yang obesitas itu akhirnya dapat tidur kembali. Saat tidur ia bermimpi pergi ke daerah yang kosong dan buang air besar di tempat itu. Ketika terjaga esok harinya, ranjang yang ditidurinya

penuh dengan tinja. Dia sangat malu dan tidak tahu apa yang harus diperbuat.

Rasulullah saw. mengetahui apa yang terjadi dan membuka pintu kamar yang ditempati tamu itu, kemudian dengan cepat menyelinap diam-diam sehingga pria itu tidak melihat apa yang beliau lakukan. Nabi saw. tak ingin membuat tamunya semakin merasa malu. Tuan rumah yang baik akan berusaha menutupi aib dan kesalahan tamunya.

Salah satu pelayan Nabi saw. membawa keluar seprai yang digunakan si tamu ke tempat Nabi sedang duduk. Pelayan itu berkata, "Lihat, apa yang dilakukan pria busuk itu! Seprainya penuh kotoran!" Nabi saw. bersabda, "Bawa ke mari selimut itu dan ambilkan aku air. Aku akan cuci sendiri seprai itu." Para sahabat terkejut membayangkan Nabi saw. akan mengotori tangannya dengan mencuci seprai yang penuh tinja. Mereka berusaha mencegah, tetapi beliau bersikukuh mencuci seprai itu sendiri.

Sementara itu, sang tamu menyadari bahwa jimatnya yang berharga tertinggal di kamar yang ditidurinya semalam dan ia kembali untuk mencarinya. Saat tiba, ia melihat Nabi Muhammad saw. sedang membersihkan seprai yang dicemari ampas tubuhnya. Tangis pria itu meledak. Ia benturkan kepalanya ke dinding dan merobek-robek bajunya. Hidung dan wajahnya berdarah. Ia berteriak, "Ya Tuhanku, apa yang telah kulakukan?" Ia benar-benar merasa malu.

Nabi Muhammad saw. mendatangi pria itu dan menghiburnya dengan mengatakan bahwa tangisan dan penyesalannya akan menyucikan dirinya. Nabi saw. menjelaskan bahwa sikap lahiriah doa dan penyembahan menjadi saksi bagi cahaya spiritual dalam diri. Beliau bersabda, "Ikut aku. Kau adalah tamuku. Kau bersamaku."

Lelaki tambun itu merasa benar-benar tersentuh dan berkata, "Aku akan menjadi tamumu seumur hidupku. Di mana pun aku

berada, aku akan ada di bawah atapmu. Kau adalah tuan rumahku untuk seumur hidupku." Kemudian dia mengucapkan dengan tegas: "*Lâ ilâha illa Allâh, Muhammadurrasûlullâh*—tiada tuhan selain Allah dan Muhammad adalah utusan Allah." Sejak saat itu ia menjadi muslim yang baik.

Malam harinya Nabi saw. mengundang kembali lelaki itu untuk makan malam dan yang ia santap hanya segelas susu. Ia menolak makan apa pun lebih dari itu. Semua orang terkejut. Ia adalah pria yang menghabiskan semua susu dan makanan di rumah itu malam sebelumnya dan mendadak malam ini merasa cukup hanya dengan segelas susu. Lelaki itu berkata, "Aku sudah kenyang. Aku tidak mau makan lagi."

Ada banyak lapisan makna dalam kisah yang luar biasa ini. Siapakah kita dalam cerita itu? Tentu saja kita mengira bahwa kita adalah tuan rumah yang baik hati. Kita mengira diri kita seperti Nabi Muhammad, kan? Sebenarnya, kita seperti tamu gendut dengan selera makan yang berlebihan itu.

Kisah itu menjadi pengingat yang jelas bahwa jika kita hanya memikirkan dunia ini, kita akan mengembangkan hasrat besar pada segala hal yang ada di dunia ini. Dan akan melahap bagian orang lain untuk memenuhi keinginan kita sendiri. Kita ingin memasukkan ke dalam perut kita ini sebanyak-banyaknya, mengumpulkan uang sebanyak mungkin, dan sebagainya. Tidak ada batas akhir untuk apa pun yang dihasratkan ego kita. Kita ingin memenuhi kehidupan kita dengan berbagai hal yang ada di dunia ini.

Ketika saya melongok isi lemari, saya malu. Lemari saya penuh dengan pakaian. Setidaknya setengah dari isinya bisa dikurangi. Seberapa banyak sweater, baju, atau celana yang saya pakai hanya sesekali?

Baru-baru ini saya membaca tentang seorang pengusaha setempat yang ingin membangun sebuah rumah besar untuk dirinya dan keluarganya. Rumah itu akan memakan lahan seluas

15.000 meter persegi dengan sembilan kamar tidur dan delapan kamar mandi. Lebih mengejutkan lagi, saya mendengar ia ingin membangun dua bioskop rumahan (*home theater*) sekaligus dengan kursi-kursi mewah dan perangkat audio visual yang sangat canggih. Buat apa dua *home theater* untuk dirinya? Tidak ada orang yang bisa menonton dua film secara bersamaan. Kenyataan itu menjadi pengingat yang tegas bahwa ego manusia tidak akan pernah berhenti menginginkan yang lebih, tak peduli seberapa banyak yang sudah kita miliki.

Kita seperti pengusaha itu. Mungkin sebagian kita menginginkan sebuah lemari yang dipenuhi lusinan sepatu, bukannya rumah seluas 15.000 meter persegi. Perbedaan antara keduanya hanya dari sisi skala dan objek yang diinginkan. Kita semua punya sepatu dan pakaian yang tidak pernah kita pakai dalam tempo setahun. Kita harus memberikan barang-barang itu kepada orang yang lebih membutuhkannya. Kita harus segera melakukannya. Ada banyak orang yang sangat butuh pakaian yang tidak pernah kita pakai.

Kita selalu merasa lapar akan dunia, tetapi apakah kita tahu sesuatu yang kita kejar itu kelak akan berubah menjadi apa? Cerita berikut ini mengingatkan kita bahwa semua yang kita cintai di dunia ini akan berubah menjadi kotoran. Kita habiskan usia mengumpulkan banyak harta, tetapi apakah upaya kita itu pantas? Tidak sama sekali. Karena itulah kita belajar mencintai demi Tuhan, mencoba melayani demi Tuhan, mencoba mengembangkan cinta yang transenden. Hanya dengan cara itu kita mungkin bisa keluar dari rasa lapar yang tak pernah terpuaskan pada dunia dan segala kenikmatannya. Ingatlah, semua itu hanya akan berubah menjadi kotoran.

Dikisahkan bahwa ada seorang mursyid bertanya pada sultan, "Apakah kau pikir kerajaanmu ini layak? Jika kau pertimbangkan ini secara jujur, kau akan melihat kerajaanmu ini sangatlah tidak layak." Sultan merasa terhina dan marah, kemudian mengusir sang

mursyid. Saat beranjak pergi, mursyid berkata, "Kau akan lihat betapa kecilnya kerajaanmu."

Tidak lama sejak kepergian sang mursyid, sultan jatuh sakit. Ia tidak bisa buang air besar (kisah ini tidak terlalu berbeda dari kisah pertama. Baik di dalam maupun sudah keluar, tinja tetaplah kotoran). Keadaan sang sultan semakin buruk. Ia tidak bisa mengeluarkan apa pun dari perutnya. Dokter-dokter istana tidak bisa membantu sama sekali. Akhirnya, sang sultan teringat kata-kata sang mursyid. ia berteriak, "Ya Tuhanku, mursyid itu benar-benar memiliki kekuatan ruhani."

Maka, dengan rendah hati Sultan mengundang kembali sang mursyid ke istana. Sultan berkata, "Setelah engkau pergi, aku jatuh sakit. Kau sudah menjatuhkan kutukan kepadaku."

Sang mursyid menukas, "Tidak. Aku tidak mengutukmu, tetapi mungkin kau menyingung Yang Maha Memiliki diriku. Dialah yang mungkin menyebabkan hal ini."

Sang mursyid melanjutkan, "Apa yang akan engkau berikan demi kesembuhanmu?"

Sultan mengerang, "Aku akan berikan separuh kerajaanku."

Sembari mengucapkan *bismillâhirrahmânirrahîm*, sang mursyid meletakkan tangannya di atas perut Sultan yang menggelembung dan mendadak ia mengeluarkan kentut yang sangat keras, kemudian tunggang langgang ke kamar mandi. Ketika kembali, sang mursyid berkata, "Kau lihat, betapa kecil nilai kerajaanmu. Setengah kerajaanmu hanya bernilai sekali kentut."

Itu benar. Itulah harga yang layak untuk dunia. Namun, sungguh sulit mengingat kenyataan itu. Kita semua berpikir dunia ini indah. Namun, ketika kita benar-benar melihat realitas, kita akan mengatakan, seperti yang sudah diperkirakan Nabi Muhammad saw., "Ya Tuhanku, apa yang telah kulakukan?"

Rasulullah saw. berusaha membuat tamunya tidak merasa malu. Namun, Allah adalah *Yâ Sattâr*, yang maha menutupi atau

yang menyingkapkan keburukan kita. Kita ingin menutupi semua keburukan kita, tetapi jika ingin spiritualitas kita berkembang, semestinya kita benar-benar berdoa agar Tuhan *menyingkapkan* keburukan-keburukan kita. Itu lebih menyakitkan, tetapi sangat efektif memotivasi kita untuk berubah. Melihat keramahan dan kebijaksanaan Nabi saw., tamu yang non-muslim benar-benar tersentuh dan seketika merasa siap untuk berubah.

Jalaluddin Rumi biasa mengucapkan doa berikut ini, "Ya Allah, jadikanlah apa yang ada dalam diriku tampak seperti yang ada di luar diriku. Tetapi aku tidak dapat mencapainya. Ya Tuhanku, jadikanlah lahiriahku seperti batiniahku."

Kita dapat memperindah tampilan lahiriah kita dengan mengenakan pakaian yang bagus sehingga dari luar kita terlihat baik dan bersih. Upaya perubahan seperti itu mudah dilakukan. Namun, sungguh tidak mudah jika kita berupaya memperbaiki batiniah kita. Melalui doa di atas Rumi berharap dapat menunjukkan kepada dunia segala keburukan dan kesalahan batiniahnya karena ia mengetahui bahwa cara itu akan sangat menyakiti nafsunya sehingga dominasi nafsu semakin lemah.

Proses itulah yang terjadi pada tamu Nabi Muhammad saw. Mendadak sifat buruknya diungkapkan dengan jelas. Ia tampak bagaikan babi yang rakus sehingga ia mengotori pakaian dan tempat tidurnya. Kemudian ia melihat tuan rumahnya, Rasulullah saw., membersihkan kotoran itu dengan tangan beliau sendiri. Pemandangan Nabi saw. mencuci seprai yang penuh kotoran menjadi terapi kejut baginya. Ini mirip tindakan yang dilakukan para pecandu minuman keras, tindakan yang mereka sebut "menggapai titik terendah", yaitu saat pada satu titik tertentu kita tidak punya dalih atau rasionalisasi apa pun. Kita harus mengakui, "Ya Allah, inilah diriku yang sebenarnya. Aku hanyalah sekantung besar penuh kotoran."

Sang tamu Rasulullah saw. terperangkap dalam gambaran dirinya yang sangat memalukan. Ia menjadi teramat malu sehingga membentur-benturkan kepalanya ke tiang dan merobek-robek bajunya. Ia tahu dan sadar, ia harus berubah. Ia tidak bisa hidup dengan karakter dan keadaan dirinya yang dulu. Inilah yang dimaksudkan Rumi dalam doanya: "Jadikan lahiriahku seperti batiniahku." Apakah kita punya keberanian untuk berdoa seperti itu?

Tuhan mungkin menyingkapkan sesuatu yang buruk atau menyakitkan pada diri seseorang, tetapi bukan tugas kita untuk mengungkapkannya. Nabi Muhammad saw. dengan sengaja menyelinap sehingga tamunya tidak menyadari bahwa ada orang yang mengetahui apa yang telah dilakukannya. Namun, keburukan dirinya terungkap dan diketahui Nabi saw. Situasi itulah yang kemudian mengubah kesadaran dan kehidupan si tamu itu.

Renungkanlah kisah tentang tamu Nabi Muhammad saw. tersebut. Itu merupakan kisah yang dalam sekaligus tegas. Tamu yang gemuk itu menjadi contoh yang baik tentang keserakahan manusia pada dunia dan juga tentang pertobatan yang tulus. Setelah pria itu bertobat dan memeluk Islam, ia benar-benar tidak bisa lagi makan sebanyak yang dia makan sebelumnya. Seleranya pada dunia lenyap sudah. Ya Allah, tolonglah agar selera kami pada dunia juga berkurang.

Tanda pertobatan yang tulus adalah adanya perubahan dalam hidup. Kita bertobat ketika melihat keburukan diri kita sendiri yang membuat kita terkejut sekaligus takut. Saat kesadaran itu muncul, kita tidak perlu membenturkan kepala dan membuat menyakiti diri kita sendiri (mungkin sebagian orang memilih tindakan ini saat mengalami situasi yang sangat dramatis). Saat kita merasa sangat terkejut melihat atau menyadari keadaan diri kita sendiri yang begitu memalukan, lalu kita diliputi rasa takut yang luarbiasa, sangat mungkin terucap niat yang kuat dalam hati kita untuk berubah dan

memperbaiki diri. Jika niat kita cukup kuat dan tulus, kita pasti *akan* berubah. Insya Allah.

TANYA:

Ketika seorang tamu memutuskan untuk tinggal, apakah itu menunjukkan bahwa kapasitas kita untuk melayani orang lain sudah lebih baik?

JAWAB:

Datang atau perginya seseorang sepenuhnya berada di luar kehendak dan wewenang kita. Semua itu merupakan wewenang dan kehendak Allah. Dan, tidak benar isu yang mengatakan bahwa Pendiri Tarekat kita bersikap eksklusif dan menerima hanya sedikit darwis.

Demi Allah, kapasitas kita untuk menjadi tuan rumah akan terus meningkat. Kita harus mengembangkan kapasitas untuk menjadi tuan rumah yang baik ketika para tamu datang. Jika kita bisa melakukannya maka kita bisa mempertahankan cinta dan keramahan kita. Saya pikir, kita bisa melakukannya dan mengembangkan kualitas pelayanan kita.

Jika kita tidak saling menyembuhkan hati, apa yang kita lakukan di sini? Tentu saja kita tidak bisa saling menyembuhkan hati. Hanya Tuhan yang dapat menyembuhkan hati kita. Tujuan kita adalah menunjukkan keramahan dan pelayanan yang lebih baik. Artinya, kita harus membuat tamu merasa betah seperti berada di rumahnya, menghargai mereka, dan membuat mereka nyaman.

Saya percaya, Allah akan menyembuhkan hati kita jika hati kita tersedia. Maksudnya, jika kita merasa tenang dan nyaman, kita mungkin bisa mulai melepas baju besi yang selama ini kita kenakan. Kita bisa mulai membuka diri, membuka hati, dan membiarkan Tuhan memasuki hati kita. Sebagai tuan rumah,

kita bisa melakukan sesuatu yang tak ternilai bagi para tamu dengan menciptakan suasana yang penuh cinta dan nyaman, suasana ketika setiap orang menjadi terbuka untuk menerima penyembuhan dari Tuhan.

Seorang sahabat dalam perjalanan ruhani sebenarnya mirip seperti bidan. Proses melahirkan adalah proses alamiah. Tidak banyak yang bisa dilakukan dokter. Sering kali, para dokter atau bidan menerima banyak pujian setelah seseorang selamat melahirkan. Padahal, persalinan merupakan proses alami yang dibangun dalam tubuh seorang wanita. Setiap tenaga medis, seperti dokter atau bidan harus mencurahkan banyak perhatian dan memberikan dukungan penuh kepada ibu hamil hingga ia melahirkan.

Ketika kita menjadi tuan rumah yang baik sehingga para tamu merasa nyaman, kita berlaku bagaikan bidan yang di antara tugasnya adalah membuat ibu hamil merasa rileks dan nyaman selama proses persalinan. Sebab, jika mereka tegang, proses melahirkan menjadi lebih sulit dan penuh risiko. Misalnya, bidan bisa mengatakan pada sang bunda agar menarik napas panjang, bersikap santai, dan terus berupaya menghibur dan menenangkannya. Ia harus terus berusaha menumbuhkan kepercayaan diri ibu hamil sepanjang proses persalinan yang menegangkan.

Menjadi seorang darwis itu seperti hendak melahirkan. Mursyid saya sering menggunakan kiasan ini. Kadang-kadang, kita butuh dukungan orang yang memahami perjalanan ini. Di situlah peran sahabat yang menemani dan memperlakukan kita dengan penuh kasih sayang. Para darwis senior atau mursyid dapat membantu para darwis di masa-masa yang genting ini.

14

Pelajaran-Pelajaran dari Bulan Ramadan

Sohbet *berikut disampaikan sebelum Ramadan sebagai bekal persiapan bagi para darwis untuk berpuasa sebulan penuh dan menunaikan ibadah-ibadah sunnah.*

Menjelang Ramadan

Menjelang bulan suci Ramadan datang, semestinya kita mempersiapkan diri untuk menyambut dan memasukinya. Selama sebulan penuh kita akan menghabiskan waktu dan energi dengan cara yang berbeda dari bulan-bulan lain. Nabi Muhammad saw. pernah mengungkapkan bahwa seiring datangnya bulan Ramadan, langit dan bumi berubah bagi orang yang berpuasa. Gerbang surga dibuka dan gerbang neraka ditutup selama bulan suci ini. Sewaktu kita berpuasa, para malaikat yang bertugas mencatat amal buruk berhenti mencatatnya dan hanya amal baik kita yang dituliskannya. Para malaikat turun ke bumi di bulan ini dan kembali untuk melaporkan kepada Tuhan siapa saja yang berpuasa. Setiap hari

di bulan Ramadan, banyak orang yang berpuasa akan diberikan tempat di surga.

Waktu berbuka puasa adalah momen ruhani yang amat dalam. Kita berpuasa untuk Allah, bukan untuk mendapatkan hadiah yang bersifat duniawi. Dalam sebuah hadis qudsi, Allah Swt. berfirman, "Kalian berpuasa untuk-Ku dan Akulah ganjaran atas puasa kalian." Bayangkan, bagaimana rasanya mendapatkan Tuhan sebagai ganjaran atas puasa kita? Mursyid saya mengatakan bahwa berpuasa atau melakukan apa saja untuk Tuhan membuat kita semakin dekat kepada-Nya dan Dia pun semakin dekat dengan kita.

Ramadan memberi kita kesempatan untuk melatih kesabaran. Menurut sebuah hadis, "Puasa adalah bagian kesabaran dan kesabaran adalah bagian iman."

Kisah Tentang Husein

Salah satu ajaran terbaik sufi tentang kesabaran terdapat dalam kisah yang sering diceritakan Muzaffer Efendi tentang Husein si gila, seorang petani yang tinggal di sebuah desa di Turki bagian tengah. Ketika ia menikahi seorang perempuan muda dari desanya, dua cendekiawan pengembara menghadiri pesta pernikahannya. Keduanya diberi kehormatan untuk duduk di meja pasangan pengantin baru itu. Mereka berdua mulai berdiskusi tentang tafsir Al-Quran, tema-tema teologi yang menarik, dan juga sejarah Islam. Mereka saling menceritakan kisah guru-guru mereka dan mengutip berbagai karya ulama terkemuka. Husein terpesona mendengarkan perbincangan mereka. Ia sendiri tidak pernah belajar dan mendapat pendidikan formal. Mendadak, hasratnya berkobar-kobar untuk belajar dan menjadi cendekia.

Husein menghabiskan malam pertamanya bersama sang istri. Saat bangun keesokan harinya, ia bilang kepada istrinya bahwa

ia ingin pergi ke Istanbul untuk belajar dan menjadi cendekia. Ia meminta istrinya mengurus lahan pertanian mereka sampai ia kembali pulang. Sejak hari itu ia dikenal warga desanya sebagai Husein si gila, pria yang meninggalkan istrinya yang masih muda dan cantik untuk pergi jauh demi menuntut ilmu.

Tidak ada seorang pun yang tahu apa yang terjadi pada Husein. Selama bertahun-tahun tidak ada kabar apa pun tentang dirinya dan para tetangganya mengira ia sudah dibunuh penjahat atau binatang buas. Kenyataannya, Husein berhasil sampai di Istanbul, kota tempatnya menuntut ilmu. Lalu, dua puluh tahun kemudian, setelah merasa cukup yang dipelajarinya, Husein memutuskan pulang.

Husein sangat ingin menjumpai istrinya, teman-teman lamanya, dan keluarganya. Setelah perjalanan yang panjang, ia tiba di sebuah desa yang berjarak satu hari perjalanan dari desanya. Seorang petani di sana menawarinya bermalam. Setelah makan malam, si petani bertanya kepada Husein tentang pembelajarannya. Ia pun bercerita dengan bangga bahwa ia baru saja menyelesaikan studi selama 20 tahun pada beberapa cendekiawan terkemuka di Istanbul.

Si petani bertanya, "Kalau begitu, kau bisa beri tahu aku, apa awal kebijaksanaan?"

Husein menjawab, "Para alim mengatakan, awal kebijaksanaan adalah percaya pada Tuhan."

Si petani berujar, "Bukan. Bukan itu jawaban yang benar."

Untuk mendukung jawabannya, Husein mengutip berbagai pendapat dan pemikiran para cendekiawan tersohor, tetapi si petani selalu menanggapinya dengan ucapan, "Bukan! Itu pun bukan jawabannya."

Husein bertanya, "Bagaimana kau tahu jawabannya tidak benar?"

"Aku tahu."

"Jika kau memang tahu, apa sesungguhnya awal kebijaksanaan?"

"Aku akan senang memberi tahu jawabannya kepadamu. Lalu, selama dua puluh tahun kemarin, apa saja yang kaupelajari? Mengapa kau masih mempelajari soal ini? Sebenarnya, aku bisa mengajarimu tentang awal kebijaksanaan, tetapi itu akan makan waktu setahun lamanya."

Husein yakin, si petani benar-benar tahu jawabannya sehingga ia setuju menghabiskan satu tahun belajar dengannya. Keesokan paginya, si petani berkata, "Sudah waktunya bekerja di ladang."

"Tapi kukira kita akan belajar."

"Beginilah cara kira belajar."

Mereka bekerja sepanjang pagi, menyantap makan siang, dan kembali ke ladang. Malam harinya Husein merasa sangat letih sehingga ia langsung tidur setelah makan malam. Itu berlangsung selama berhari-hari. Husein tidak punya waktu atau energi untuk bicara tentang filsafat, ilmu, atau kebijaksanaan. Akhirnya, ia terbiasa dengan rutinitas itu. Suatu malam, setelah makan, ia bertanya pada si petani tentang awal kebijaksanaan. Si petani menjawab, "Kau habiskan 20 tahun dan masih tidak tahu jawabannya. Kau butuh waktu setahun lagi untuk mempelajarinya."

Bulan demi bulan, mereka bekerja keras di ladang. Suatu hari, Husein menyadari, satu tahun sudah dilewatinya sejak pertama kali datang di desa itu. Dia pun berkata kepada si petani, "Aku sudah bekerja siang dan malam untukmu selama setahun penuh. Sekarang, sampaikanlah kepadaku, apa sesungguhnya awal kebijaksanaan?"

Si petani menjawab, "Besok kau akan pergi. Saat itulah aku akan menyampaikannya."

Keesokan paginya si petani dan istrinya menyiapkan perbekalan yang banyak dan memberikan berbagai hadiah kepada Husein. Saat ia hendak beranjak pergi, Husein berkata, "Aku masih menunggu jawaban atas pertanyaan yang kau ajukan kepadaku setahun silam. Apakah awal kebijaksanaan?"

Si petani hanya berujar, "Awal kebijaksanaan adalah kesabaran."

Husein berteriak, "Apa?! Kau membuatku bekerja untukmu seperti budak selama setahun hanya untuk jawaban yang sesederhana itu? Apa yang salah denganmu?"

Si petani mengatakan, "Nah, kau belum mengerti juga."

"Kaubisa sampaikan jawaban itu setahun yang lalu."

"Tidak. Aku bisa saja memberikan jawabannya, tetapi sepanjang tahun ini kau punya banyak kesempatan untuk memahami kesabaran. Jelaslah, kau masih belum mengerti pelajaran ini. Tapi, bisa jadi saat ini kau sudah mulai memasuki awal pemahaman."

Husein tidak cukup memahami ungkapan si petani itu. Apakah ia sesungguhnya seorang guru ataukah ia hanya memperdaya dirinya agar mau bekerja selama setahun tanpa mendapatkan apa-apa?

Di ujung hari itu, Husein sampai di desanya. Matahari baru saja terbenam ketika ia menapakkan kaki di desanya. Saat tiba di dekat rumahnya, ia melihat di beranda rumahnya duduk istrinya bersama seorang laki-laki. Setelah 21 tahun, inilah pertama kalinya ia melihat istrinya lagi. Namun, ia lihat istrinya sedang duduk di kursi sembari mengelus-elus kepala seorang pria muda berwajah tampan. Amarah Husein naik menyesaki dadanya melihat istrinya yang dianggap tidak setia. Husein punya sebilah belati yang selalu dibawa untuk melindunginya dalam perjalanan. Ia keluarkan belati itu dan siap-siap berlari dan menusukkan belatinya pada kedua orang itu.

Namun, tiba-tiba ia ingat masa setahun yang dilewatinya bersama si petani. Ia berkata pada dirinya, "Bersabarlah. Aku baru saja menghabiskan waktu setahun untuk belajar kesabaran. Mungkin tidak seharusnya aku bereaksi terlalu cepat." Maka, ia simpan kembali belatinya itu ke dalam tasnya.

Husein pergi menuju masjid untuk mengerjakan shalat Isya. Tidak seorang pun mengenali dirinya. Ia bertanya, "Di mana si Ahmad?"

"Oh, dia sudah meninggal lima tahun yang lalu."

"Bagaimana dengan kedua orangtua Husein?"

"Maksudmu orangtua Husein si gila, orang yang menghilang bertahun-tahun silam sehari setelah pernikahannya? Mereka sudah wafat bertahun-tahun yang lampau."

Kemudian seorang penduduk berkata, "Diamlah. Waktu shalat hampir tiba dan imam kita segera datang."

Pria muda yang dilihat Husein di rumahnya berjalan mendekati masjid. "Siapa pria itu?" tanya Husein.

"Itu Jamal, anak Husein si gila," seseorang menjawab pertanyaannya.

"Ia lahir sembilan bulan setelah Husein pergi. Karena suaminya tergila-gila menuntut ilmu, istri Husein menabung semua penghasilannya untuk biaya pendidikan Jamal. Ketika seorang alim datang ke desa ini, istri Husein memintanya untuk mengajari anaknya. Jamal pun menjadi orang yang paling terpelajar di antara kami dan sekarang ia menjadi imam kami."

Usai shalat Isya, Husein meninggalkan masjid dan pergi ke desa si petani yang baru saja ditinggalkannya. Ia berlutut dan membungkuk ke arah si petani sambil berseru, "Terima kasih guruku. Kau sudah selamatkan hidupku dan keluargaku."

Kesabaran

Ramadan memberi kita kesempatan yang indah untuk mempraktikkan kesabaran. Dalam kisah di atas, kehidupan Husein, istrinya, dan putranya selamat berkat kesabaran. Itulah kualitas dan buah kesabaran yang sangat menakjubkan. Di bulan Ramadan kita menikmati kesempatan yang diberikan Allah untuk mempraktikkan kesabaran selama satu bulan penuh. Dan memang, kesabaran harus dipraktikkan, dijalani. Selama bulan Ramadan kita mendapat

kehormatan dan berkah jika kita menggunakannya untuk melatih kesabaran. Karena itulah Ramadan dikatakan sebagai bulan yang istimewa.

Tidak semua orang menganggap puasa sebagai karunia. Bagi sebagian orang, puasa dianggap sebagai ujian. Anggapan mereka salah, karena sesungguhnya ibadah puasa adalah karunia, bukan ujian. Allah Swt. menganugerahkan kepada kita kewajiban puasa agar kita bisa melatih dan memperkuat kesabaran. Salah satu sifat Allah adalah *al-shabr*, Yang Mahasabar. Dalam salah satu hadis terkenal disebutkan: "Kesabaran adalah keindahan." Dalam hadis lain dikatakan, "Allah itu indah dan Dia mencintai keindahan."

Kata *shabr* dalam bahasa Arab bermakna 'kesabaran' sekaligus 'ketekunan.' Ketabahan dan keteguhan menjalani niat adalah aspek-aspek kesabaran. Sabar berarti menolak berhenti dan menyerah, bahkan jika kesuksesan atau ganjaran kunjung kita dapatkan.

Ada dua jenis kesabaran, yaitu kesabaran menghindari atau menjauhi dan kesabaran melakoni atau menetapi. *Pertama*, kita harus bersabar untuk menjauhi berbagai hal yang semestinya tidak kita lakukan. Misalnya, butuh kesabaran untuk menolak ketegresa-gesaan dalam bertindak ketika kita merasa jengkel. Sabar berarti menolak didominasi ego atau nafsu kita yang terpusat pada diri sendiri. Husein menunjukkan kesabaran dengan menolak tunduk pada amarahnya. Di dalam bulan Ramadan kita melatih kesabaran sepanjang bulan. Setiap hari kita menolak takluk pada rasa lapar, haus, dan letih.

Kesabaran jenis kedua adalah sabar mengikuti tekad dan niat yang baik. Artinya, kita mesti sabar dan istikamah menjalankan laku spiritual untuk membangun dan mempertahankan kebiasaan-kebiasaan baik. Kita harus bersabar mempertahankan disiplin spiritual bahkan ketika tampaknya kita tidak membuat kemajuan

apa pun. Melakukan hal-hal yang baik dan menghindari hal-hal yang buruk membutuhkan kesabaran.

Untuk mendirikan shalat pun kita membutuhkan kesabaran. Pertama-tama kita berniat shalat, kemudian mengikuti niatan itu. Kita berusaha melatih pikiran agar tidak mengembara ke mana-mana sehingga kita bisa menunaikan shalat secara lebih khusyuk.

Sebuah hadis mengajarkan, "Tanpa kehadiran hati, tak akan ada shalat." Hati kita tidak akan hadir dalam shalat jika kita tidak sabar. Alih-alih hadir dalam shalat, kita mulai memikirkan masa lalu atau masa mendatang; kita membayangkan harapan-harapan dan keinginan-keinginan. Jika kita membangun dan melatih kesabaran, sedikit demi sedikit kita akan merasakan benar-benar hadir (khusyuk) ketika mengerjakan shalat.

Kesabaran adalah satu kualitas yang luar biasa. Kata itu disebutkan 90 kali dalam Al-Quran dan menjadi salah satu Sifat Allah yang paling sering disebut. Allah Swt. berfirman, "*Hai orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang yang sabar.*"[41] Kesabaran menjadi kualitas utama orang yang berian. Bulan Ramadan merupakan anugerah besar untuk membantu membangun dan mengembangkan kesabaran.

Pengetahuan dan Tindakan

Islam mengajarkan bahwa ilmu tak dapat dipisahkan dari amal. Untuk melakukan perubahan dan meraih kemajuan, Islam mensyaratkan pengetahuan dan tindakan. Kita harus mengetahui perbedaan antara yang salah dan yang benar, kemudian bertindak berdasarkan pengetahuan tersebut. Selama bulan Ramadan, ada

---

[41] QS al-Baqarah (2): 153.

baiknya kita membaca buku-buku tentang Ramadan yang ditulis para alim dan juga para sufi. Banyak ulama yang menulis tentang keutamaan puasa dan keutamaan Ramadan. Selain menjalankan kewajiban berpuasa, kita juga harus merenungkan makna puasa dan juga memperhatikan kualitas ibadah puasa kita.

Beberapa orang yang disebut sebagai cendekiawan dewasa ini menulis tentang berbagai macam pengetahuan dan juga tentang keteladanan tetapi tidak menerapkannya dalam tindakan. Ini mengingatkan saya akan salah satu kisah Nasruddin yang menakjubkan. Nasruddin adalah rakyat biasa, seorang guru sufi yang mengajarkan kebijakan dengan humor; berbagai kisah tentang Nasruddin terkenal di seluruh Timur Tengah. Muzaffer Efendi sering menceritakan kisah-kisah tentang Nasruddin.

Dikisahkan, Nasruddin yang sedang bertugas sebagai kadi,[42] seorang ibu datang bersama anaknya yang naik sebuah eretan. Perempuan itu mengadu, "Wahai kadi, aku tidak tahu lagi apa yang harus kulakukan pada putraku. Ia sangat menyukai gula-gula. Setiap kali aku membuat gula-gula, ia selalu menghabiskannya semua. Jika aku berpaling, gula-gula di dapur menghilang. Aku sudah berulang kali menasihatinya agar mengendalikan diri. Aku sudah sering memarahi dan menghukumnya, tetapi tak satu pun upayaku yang berhasil menghentikan kegemarannya. Apakah kau bisa membantuku?"

Nasruddin menjawab, "Kembalilah bulan depan."

Wanita itu pulang dan sebulan kemudian datang lagi bersama anak lelakinya. Nasruddin langsung berjongkok dan menatap mata bocah lelaki itu. "Anak muda, bersabarlah dan tunggu sampai ibumu memberikan gula-gula. Tekadkan niatmu dan teguhkan

---

[42]Hakim yang mengurusi berbagai perkara yang berkaitan dengan hukum Islam.

kehendakmu, niscaya kau berhasil mengatasi kegemaranmu makan gula-gula."

Si ibu bertanya, "Nasruddin, aku harus berjalan kaki selama berjam-jam untuk sampai di sini. Kenapa tidak kaukatakan nasihat itu kepadanya sebulan yang lalu?"

Nasruddin berkata, "Tidak. Aku tidak bisa mengatakannya sebulan yang lalu. Agar kau tahu, aku pun sangat menyukai gula-gula. Aku aku harus mengendalikan diriku selama sebulan hingga aku bisa dengan jujur mengatakan kepada anakmu bahwa dia pun bisa mengendalikan hasratnya pada gula-gula."

Kita hidup di sebuah dunia, di tengah kebudayaan yang lebih mementingkan pengetahuan ketimbang tindakan. Lebih jauh, kebanyakan kita lebih gemar berkata-kata baik dengan lisan maupun tulisan ketimbang bertindak dan beramal. Kita sering melihat orang yang bisa bicara secara gamblang dan panjang lebar mengenai berbagai hal meskipun mereka tidak pernah mengerjakannya. Kata-kata menjadi hampa jika tidak didukung tindakan dan pengalaman. Kata-kata yang kosong tidak memiliki isi; orang-orang tidak akan tersentuh oleh kata-kata kosong. Mereka tidak akan berubah dan tidak akan terpengaruh oleh perkataan atau nasihat dari orang-orang yang tidak mengamalkan apa yang mereka katakan.

Dilihat dari beberapa aspek, sebenarnya berpuasa selama sebulan di bulan Ramadan adalah amal yang mudah. Jika pikiran kita mengembara ke mana-mana saat mendirikan shalat maka shalat kita menjadi tak berharga. Sementara, apabila benak kita berkelana selama berpusa di bulan Ramadan, keabsahan puasa kita tidak terpengaruh. Secara umum, ibadah puasa dilakukan dengan cara menahan makan dan minum di siang hari. Amal atau praktik ibadah seperti ini bisa dilakukan siapa saja, bahkan oleh orang yang secara spiritual belum berkembang. Selama berpuasa, kita harus meneguhkan kehendak dan menerapkan kesabaran. Jika kita

mampu berpuasa demi Tuhan, puasanya seorang wali sama dengan puasanya orang biasa, baik laki-laki maupun perempuan.

Tingkatan-Tingkatan Puasa

Ada beberapa tingkatan puasa, sesuai dengan perjuangan dan kemampuan seseorang menahan hasrat lahir dan hasrat batinnya. Tingkatan yang paling bawah adalah puasa orang kebanyakan, umumnya kaum muslim yang menahan lapar dan haus dari terbit fajar hingga terbenam matahari. Ada tingkatan-tingkatan puasa yang lebih tinggi. Idealnya, kita tidak hanya menahan diri tidak makan dan minum, tetapi juga menahan diri tidak melakukan atau mengatakan apa pun yang dapat menyakiti orang lain. Itu tingkatan yang jauh lebih berat dibanding puasa biasa. Selama bulan Ramadan kita bisa mencoba tidak marah atau membuat orang lain naik darah. Kita mesti memperhatikan apa yang *keluar* dari mulut kita dan apa yang *masuk* ke dalam mulut kita. Kita bisa ambil waktu sejenak untuk merenung sebelum bicara, berhati-hati dengan apa yang hendak kita tuturkan.

Selain menahan diri untuk tidak menyantap apa pun, kita juga mesti menahan diri dari melakukan sesuatu yang menyakiti. Kita harus memperhatikan pandangan mata selama berpuasa. Sering kali tatapan mata kita tampak angkuh dan menghakimi atau kita memandang orang lain sebagai objek seksual. Kita semestinya lebih sering menundukkan pandangan. Ramadan adalah waktu untuk bersikap lebih hati-hati dan lebih sadar.

Tingkatan puasa yang berikutnya adalah puasa para wali yang berpuasa dari melupakan Tuhan. Sepanjang waktu mereka terus berjuang agar selalu ingat kepada-Nya. Ini merupakan puasa orang yang tetap dan senantiasa berdoa. Meskipun kita tidak bisa mencapai tingkatan puasa ini, ada baiknya kita mengetahui bahwa

ada orang-orang yang sanggup melakukannya. Para wali tidak pernah kehilangan kesadaran mereka akan kehadiran Tuhan.

Kita bisa mencoba mencapai dua tingkatan pertama, yaitu menahan diri dari makan, minum, dan dari segala yang mungkin menyakiti atau membuat orang lain marah. Puasa lahiriah, yakni menahan diri dari makan dan minum, relatif mudah dilakukan. Namun, kemampuan kita untuk menahan diri dari makanan dan minuman selama Ramadan bukan berasal dari diri kita. Itu merupakan anugerah.

Ketimbang membangga-banggakan puasa yang kita lakukan, semestinya kita bersyukur masih dapat berpuasa. Ada banyak orang yang terlalu sakit sehingga tak dapat berpuasa. Sungguh berkah yang tak terhingga jika tubuh kita cukup sehat untuk berpuasa. Ada waktunya ketika kita tidak dapat berpuasa, misalnya ketika dokter mengatakan kita harus minum obat. Kita harus bersyukur kepada Allah karena kita masih dapat berpuasa setiap Ramadan tiba. Ibadah puasa menjadi pengingat penting tentang betapa banyak anugerah yang kita terima. Kita dapat mencerna makanan dan kita dapat bertahan dengan sedikit makanan, air, dan waktu tidur.

Bulan untuk Khalwat dan Merenung

Dalam beberapa hal, Ramadan adalah bulan untuk berkhalwat. Pada bulan ini energi kita lebih dibatasi sepanjang siang hari sehingga kita tidak buang-buang energi untuk melakukan sesuatu yang tidak bermanfaat. Ritme harian kita berputar antara mendirikan shalat dan puasa. Kendati kita masih bekerja dan melaksanakan tugas-tugas duniawi, sepertinya semua hal selain shalat dan puasa kurang begitu penting di bulan ini. Alangkah lebih baik jika selama bulan Ramadan kita tidak melakukan banyak dan lebih banyak

meluangkan waktu untuk membaca Al-Quran dan buku karya para ulama, dan juga tulisan para wali sufi.

Banyak kaum muslim yang membaca seluruh Al-Quran selama Ramadan. Saya sendiri kerap meminta para darwis di tarekat kami untuk terus membaca Al-Quran selama Ramadan. Saya menyarankan agar mereka membacanya lebih cepat, tetapi memperlambatnya ketika menemukan ayat-ayat yang berkenaan dengan diri mereka masing-masing. Saya juga meminta mereka untuk menyalin ayat-ayat tersebut agar bisa direnungkan di waktu luang. Mereka diharapkan memiliki catatan sendiri terhadap ayat-ayat tersebut. Sesungguhnya setiap kali kita membaca Al-Quran, ayat-ayat yang baru akan mendatangi dan berbicara kepada kita.

Salah satu pelajaran yang dapat kita petik dari Ramadan adalah betapa cepatnya hari berlalu. Kita tidak tahu apakah pada bulan Ramadan berikutnya kita masih hidup atau sudah dijemput maut. Tidak ada jaminan sedikit pun tentang hal ini. Bahkan, sesungguhnya kita tidak pernah tahu apakah masih hidup saat waktu shalat berikutnya tiba, ataukah sudah tiada. Entah apa yang akan terjadi pada diri kita di tahun berikutnya. Sering kali begitu yakin bahwa Allah akan menjaga kita hingga esok hari atau hingga tahun depan, padahal ratusan ribu orang meninggal setiap harinya. Kita begitu percaya diri bahwa kita tidak akan menjadi salah seorang dari mereka yang meninggal. Entah bagaimana, kita mengira diri kita kebal dari kematian meskipun setiap hari ribuan muslim menuturkan doa terakhir mereka.

Bahkan, seandainya kita masih diberi umur dan bertemu Ramadan berikutnya, mungkin saja saat itu kita tak dapat berpuasa. Mungkin saja kita terbaring di ranjang sebuah rumah sakit dengan infus di lengan. Jangankan untuk berpuasa, bahkan menelan dan mencerna makanan pun kita tak kuasa. Seharusnya kita bersyukur bulan Ramadan ini kita masih bisa berpuasa. Ini merupakan karunia dan berkah luar biasa yang dianugerahkan Allah.

Kasih Sayang dan Rasa Syukur

Semua agama-agama di dunia juga mengenal dan mengajarkan ritual puasa. Tampaknya seluruh nabi Allah yang diutus ke dunia ini mengajarkan para pengikutnya untuk berpuasa. Mengapa berpuasa penting? Untuk satu hal, puasa mengajarkan kasih sayang kepada mereka yang miskin, mereka yang *terpaksa* berpuasa, atau orang-orang yang tinggal di daerah yang mengalami bencana kekeringan, kelaparan, atau kerusakan akibat perang. Ada banyak wilayah di dunia ini yang kerap mengalami malapetaka seperti itu.

Kita seharusnya bersyukur karena masih memiliki makanan. Kelaparan terjadi di berbagai pelosok dunia. Kelaparan tidak terbatas di Afrika saja. Amerika pun pernah mengalami kemarau yang sangat buruk di masa lalu sehingga banyak warganya yang kelaparan. Bahkan, dewasa ini masih banyak orang Amerika yang menjadi gelandangan dan tidak tahu apakah bisa makan atau tidak.

Kita mengira bencana dan keburukan seperti itu tidak akan pernah kita alami. Namun, kita lihat sendiri, betapa masih banyak orang yang menggelandang, tak memiliki tempat berteduh, dan meminta-minta belas kasihan orang lain. Selama ini kita tidak melihat mereka karena kita tidak mau peduli. Mereka tampak tak kasat mata karena kita tidak mau melihat penderitaan mereka. Ada ribuan orang yang berada di sekitar kita yang tidak memiliki rumah atau penghasilan tetap.

Sungguh anugerah besar kita bisa berpuasa demi meraih keridaan Tuhan, dan untuk melakukan sesuatu yang Dia perintahkan. Tuhan menginginkan kita melakukan banyak hal, tetapi hanya sedikit yang kita lakukan. Setidaknya, kita dapat membuat niat yang ikhlas untuk berpuasa demi meraih rida Tuhan dan mengikuti perintah-Nya. Jadi, sepanjang hari kita dapat terus "bertindak" menolak makanan dan minuman. Sebagai manusia yang dianugerahi pikiran dan kebebasan berkehendak, kita bisa memilih,

apakah berpuasa seperti kebanyakan orang yang hanya menahan hasrat lahiriah untuk makan, minum, dan berhubungan seksual, ataukah berpuasa seraya terus bersyukur dan melatih kesabaran. Kita bisa memilih untuk berpuasa tanpa disertai kesabaran, hanya memikirkan makanan sepanjang waktu, dan seharian menunggu waktu berbuka, ataukah berpuasa dengan terus mengingat Allah.

Tatkala kita merasa lapar dan haus di siang hari, kita mestinya bersyukur dan berkata pada diri sendiri, "*Alhamdulillah* aku merasa lapar dan haus, dan aku dapat memilih melakukan sesuatu demi Allah. Rasa lapar dan haus ini merupakan pertanda kerinduanku kepada Allah, hasratku untuk menyenangkan-Nya. Aku mau merasakan sedikit derita ketidaknyamanan dan aku bersyukur bahwa aku bisa merasakannya. Aku berharap upaya kecilku ini membuatku semakin dekat kepada Tuhan."

Mengapa Berpuasa?

Kenapa kita berpuasa selama bulan Ramadan? Kita harus ajukan pertanyaan lain pada diri sendiri, mengapa kita menjalankan shalat, mengapa kita berzikir? Pada waktu saya menunaikan ibadah haji untuk pertama kalinya, Tosun Efendi bertanya kepada setiap orang, "Mengapa kau ada di sini? Mengapa kau datang ke Makkah?" Ia meminta kami untuk menguji niat dan motivasi kami menjalankan ibadah haji. Harus diakui sebagian kami didorong keinginan bisa pergi bersama teman-teman dekat dalam perjalanan spiritual, sebagian lainnya termotivasi prestise yang didapatkan setelah naik haji, dan yang lainnya semata-mata karena ingin menunaikan kewajiban agama. Memang, kami berharap mendapatkan sesuatu yang bernilai spiritual dari perjalanan itu.

Jadi, mengapa kita berpuasa di bulan Ramadan? Jawaban yang paling jelas adalah karena Allah memerintahkan kita berpuasa

di bulan ini. Namun, apakah kita berpuasa karena takut akan hukuman? Apakah kita berpuasa karena orang lain juga berpuasa?

Kita bisa bertanya pada diri sendiri, "Siapa sesungguhnya yang berpuasa?"

Jika kita menganggap puasa sebagai kewajiban maka puasa dengan mudah menjadi ibadah yang dilakukan karena kepatuhan, tetapi dilakukan asal-asalan. Inilah salah satu alasan mengapa tafakur setara dengan puluhan tahun shalat sebagaimana dikemukakan dalam hadis, "Satu jam tafakur itu sama dengan shalat selama enam puluh tahun." Hadis ini sesungguhnya mengandung perintah agar kita mempertimbangkan apa pun yang hendak dan tengah kita lakukan. Di bagian manakah dari diri kita hasrat untuk berpuasa itu muncul? Apa sesungguhnya niat kita untuk berpuasa?

Kita juga bisa ajukan pertanyaan pada diri sendiri, "Apakah aku berpuasa karena cinta dan bukan karena ingin memenuhi kewajiban?" kita dapat mengeksplorasi hasrat kita untuk melakukan sesuatu yang menyenangkan Tuhan. Kita memiliki banyak tingkatan motivasi untuk menunaikan ibadah puasa, sebagaimana dalam semua aktivitas kita yang lainnya.

Ketika berpuasa, kita dapat mulai menguji motivasi yang berbeda ini dalam diri kita. Kita dapat mengamati bagian diri kita yang justru menginginkan makan dan minum, bukannya berpuasa, juga bagian diri kita yang tampaknya ingin dilihat dan dipuji orang lain. Nafsu terus mendorong kita untuk melakukan apa pun yang dibutuhkan demi kenyamanan dan kebahagiaan diri sendiri. Bagian mana dari diri kita yang membuat kita memilih tidur daripada bangun pagi-pagi untuk makan sahur.

Namun, ada juga bagian diri kita yang *menginginkan* berpuasa dan menikmati disiplin ini. Bagian ini akan merasa tidak nyaman jika kita tidak berpuasa. Kita dapat mengetahui bagian diri kita ini, bagian yang memilih berpuasa bukan semata-mata karena demi memenuhi kewajiban, karena rasa takut, atau inersia.

Kita dapat mengajukan pertanyaan semacam ini dalam berbagai ibadah dan aktivitas lainnya, termasuk shalat, zikir, mencari nafkah, atau menuntut ilmu. Bagian mana dari diri kita yang mengingat Allah? Apa yang terjadi saat ingatan kita semakin dalam? Pada tahapan pertama, zikir dimulai secara mekanis. Kita memulai zikir dengan mengulang-ulang kalimat zikir. Saat zikir semakin dalam, lafal zikir dari lisan itu turun menjadi zikir hati. Tapi, apa benar yang terjadi seperti itu? Apakah yang dimaksud dengan hati spiritual? Apakah penurunan dari lisan ke hati itu sebenarnya kenaikan? Dengan menanyakan pertanyaan itu, kita akan mengetahui dan menyadari bagian mana dari diri kita yang berzikir. Di manakah diri kita dalam doa dan zikir yang kita panjatkan? Di manakah tempat dalam kita yang merindukan Tuhan? Bagian apa dari diri kita yang menyukai puasa?

Kita juga dapat melihat bagaimana bagian ini kadang-kadang ditutupi bagian lain dari diri kita sendiri. Salah satu bagian diri kita adalah ketidaksabaran yang menghasut pikiran kita untuk terus mengembara dan mengalihkan perhatian kita dari shalat. Tetapi, jangan melupakan bagian diri kita yang mengingat dan merindukan Tuhan. Bagian itulah yang memilih untuk berpuasa, bagian yang menyukai puasa, dan amal ibadah lainnya. Bagian itulah yang benar-benar dapat berdoa. Kita harus melongok ke dalam diri kita dan menemukan bagian itu.

Tidaklah cukup mengatakan, "Zikir turun dari lisan ke hati." Kata-kata itu sendiri tidak memiliki makna apa-apa. Apakah hakikat *qalb* ini? Tentunya bukan hanya organ dalam dada yang memompa darah ke seluruh tubuh. Berbagai tradisi mistik di seluruh pelosok dunia, hati dianggap dari sekadar organ fisikal. Di Jepang dan Cina, hati dilambangkan dengan huruf atau karakter yang sama. Kata itu sering diterjemahkan sebagai "benak" atau "benak-hati". Kata itu dianggap lebih tinggi dari pikiran dan perasaan dan memiliki fungsi yang lebih luhur daripada fungsi pikiran dalam kepala.

Dalam bahasa Arab, hati disebut *qalb*, yang mengacu baik pada organ fisikal (jantung) maupun organ spiritual (hati) yang menjadi tempat bagi iman dan intelegensia.

Kita harus menjelajahi hati kita. Apakah pengalaman hati kita? Bagaimanakah kondisi hati yang terbuka dan tertutup? Bagaimanakah rasanya? Kita harus mengetahui ini sendiri. Perilaku apa yang membuka hati kita dan tindakan apa yang menutupnya? Nasihat dan petuah-petuah bijak dari para arif hanyalah petunjuk dan bimbingan untuk mengeksplorasi diri kita sendiri.

Kenapa kita harus terlibat dalam amal ibadah yang kita lakukan? Mengapa kita harus berpuasa, shalat, dan menunaikan ibadah haji ke Makkah? Dari sudut pandang ego, tidak satu pun dari praktik-praktik spiritual ini yang masuk akal. Ego menginginkan uang, kemasyhuran, dan kenikmatan. Tapi, ada sesuatu yang lain dalam diri kita dan kita harus memahaminya, yakni bagian spiritual dalam diri kita. Jika gagal memahami kehendak dan kecenderungan ego, niscaya ia akan menyesatkan kita.

Salah satu berkah bulan Ramadan adalah kita tidak terlalu sibuk dengan pekerjaan duniawi. Kita tidak punya banyak energi untuk melakukan aktivitas yang biasa dilakukan di luar Ramadan. Kita sedikit letih dan mengantuk di siang hari. Karena energi berkurang, kita bisa menjadi lebih awas pada diri sendiri. Kita bisa lebih fokus memperhatikan kondisi batin kita dan tidak terlalu memperhatikan aspek lahiriah. Kabar baiknya, jika kita letih, ego kita pun kelelahan. Jadi, kita dapat berharap ego kita yang terpusat pada diri sendiri menjadi semakin lemah di bulan ini.

Sewaktu kita letih dan lapar, kita menjadi mudah marah dan naik darah. Kita mendengar suara dalam diri kita merintih, "Beri aku makan!", "Ayo kita tidur saja," atau "Ayo minum sesuatu." Dalam kondisi lapar, kita jadi lebih sadar akan suara ego itu dan segala argumennya yang cerdik.

Tanggung Jawab pada Kehidupan Spiritual

Selain memperhatikan dan menyelidiki cara kerja ego, kita juga dapat mengamati cara kerja hati. Bulan Ramadan merupakan bulan yang baik untuk menguji diri kita. Meski demikian, jangan beranggapan bahwa pengalaman hati kita akan sesuai dengan deskripsi yang telah kita baca dalam buku-buku. Tidak perlu seperti itu. Ada sebuah hadis terkenal menyatakan, "Ada banyak jalan menuju Tuhan sebanyak jumlah jiwa (atau embusan napas)." Jika ada banyak jalan maka tentu pengalaman hati setiap orang berbeda-beda. Bahkan, pengalaman hati kita pun akan berbeda-beda dari waktu ke waktu. Pemahaman kita hari ini mungkin akan berbeda dari pemahaman kita esok hari. Pengalaman kita sendiri bisa jadi tidak sesuai dengan apa yang telah ditulis orang lain tentang perjalanan ruhaninya.

Sering kali kita mengikuti secara membabi buta apa yang kita baca dalam buku-buku atau apa yang kita dengar dalam percakapan. Memang kita diperintahkan untuk terus belajar, termasuk belajar kepada orang lain. Tapi berhati-hatilah. Terlalu mudah untuk mengikuti sesuatu yang dianggap baik ketimbang mencari dan memikirkannya sendiri. Kita semestinya tidak memberikan wewenang dan tanggung jawab atas kehidupan spiritual diri kita kepada orang lain. Jika Allah berkehendak, mursyid kita dapat mengambil tanggung jawab untuk *membimbing* kehidupan spiritual kita, tetapi kita masih harus membuat upaya-upaya serius untuk memahami dan mengikuti apa yang diajarkannya kita. Tidak banyak yang bisa dilakukan seorang guru. Salah seorang guru saya berkata menggambarkan perbedaan peran guru dan murid, "Aku bisa memasak untukmu, tetapi aku tidak bisa makan untukmu."

Kita harus makan dan mencerna makanan sendiri; tidak ada orang lain yang bisa melakukannya untuk kita. Kita harus menarik dan mengembuskan napas kita sendiri. Kita harus berdoa sendiri.

Kita pun harus memahami sendiri kehidupan spiritual kita. Seorang guru bisa membimbing kita dalam proses pencarian, tetapi jangan lupakan bahwa jari yang menunjuk pada suatu kebenaran hanyalah jari, bukan kebenaran itu sendiri. Masing-masing diri kita harus mencari jalan kita sendiri menuju Kebenaran. Ramadan adalah waktu yang amat baik untuk mempertimbangkan hal ini.

Satu-satunya orang yang bisa menempuh jalan spiritual yang Anda pilih adalah diri Anda sendiri. Berbagai hal yang kita jumpai dalam perjalanan itu terus berubah dari waktu ke waktu, dari satu embusan napas ke embusan napas lainnya. Idealnya, pemahaman spiritual kita terus berkembang setiap saat. Perjalanan ruhani bukanlah proses yang statis, tetapi terus berubah dan mengalami perkembangan. Apa yang bulan sebelumnya tampak sebagai kebenaran, hari ini mungkin kita dapati sebagai kekeliruan. Memang Kebenaran yang absolut tidak berubah sepanjang zaman, tetapi manifestasinya berubah.

Istilah syariah mengacu pada praktik agama apa pun. Secara harfiah, kata tersebut berarti "jalan", sebuah jalan yang biasanya dipergunakan kafilah untuk menjelajahi padang pasir. Syariah itu bagaikan jalan yang dilengkapi marka-marka yang jelas dan mudah diikuti. Namun, praktik syariah yang bersifat lahiriah, yang sudah dirumuskan dengan baik hanyalah salah satu aspek dari praktik ibadah kita.

Tasawuf memusatkan perhatian pada efek-efek batiniah dari ibadah lahiriah yang kita lakukan. Jalan sufi, atau *tharîqah*, dalam bahasa Arab berarti jalan yang tidak dilengkapi dengan marka jalan untuk mengarungi padang pasir. Karena tidak ada marka yang jelas, banyak yang tersesat setiap kali terjadi perubahan fenomena alam, misalnya ketika gundukan pasir berubah dan berpindah. Mengikuti *tarîqah* membutuhkan penilaian dan pengalaman duniawi. Dan juga dibutuhkan pembimbing atau pemandu yang mengetahui jalan ini sehingga para penempuhnya tidak tersesat.

Kita harus memikirkan diri sendiri, bukan mengikuti orang lain secara membabi-buta. Jelasnya, kita harus mengambil tanggung jawab atas kehidupan lahiriah dan batiniah kita, fisikal dan spiritual. Kita harus ingat, pada suatu momen, apa yang kita butuhkan mungkin berbeda dari momen lainnya. Syariah membimbing kita bagaimana bertindak dan kemana kita harus melangkah. Ia memberi kita seperangkat prinsip untuk bekerja dan bertindak di tengah dunia yang senantiasa berubah. Ada sebuah pepatah tua: kita tidak bisa masuk ke dalam sungai yang sama sebanyak dua kali. Kita mungkin menggunakan istilah "sungai" dan menganggapnya sebagai sesuatu yang tidak pernah berubah. Padahal, tidak pernah ada sungai yang tetap atau statis. Setiap saat, semua sungai mengalami perubahan, karena ia mengalirkan air yang terus berubah. Air sebuah sungai yang membasahi kaki kita pada sore hari bukanlah air yang sama dengan air yang membasahi kita pada pagi hari sebelumnya. Air di sebuah sungai yang kita masuki pada satu saat segera lenyap diganti air lainnya yang dialirkan mata air. Sungai yang sama mungkin hanyalah aliran kecil pada saat musim kemarau tetapi menjadi sungai yang meluap-luap pada musim hujan.

Bagaikan sebuah sungai, hidup adalah proses yang terus berubah. Saat kehidupan berubah, jalan yang ditapaki seseorang pun berubah. Perjalanan spiritual orang lain tidak bisa—dan mustahil—sama dengan perjalanan ruhani yang kita tempuh. Kendati demikian, jalan itu tetaplah jalan yang sama. Kita harus mencoba sebaik yang kita bisa untuk tetap sadar akan diri sendiri dan terhadap apa pun yang kita lakukan, termasuk ibadah, zikir, puasa, dan segala hal lain yang kita lakukan.

Bisa jadi kita sangat bisa menjalani dan mengikuti aturan lahiriah yang berlaku dalam ibadah puasa tanpa memperhatikan aturan batiniahnya. Hal ini dijelaskan dalam sebuah hadis terkenal: "Ada orang yang berpuasa dan tidak mendapatkan apa-apa dari puasa mereka kecuali rasa lapar dan ada orang yang mendirikan

shalat di ujung malam dan tidak mendapatkan apa-apa dari shalat mereka kecuali malam tanpa tidru." Bentuk lahiriah ibadah tidak memberi jaminan bahwa kita akan mendapatkan buah atau dampak lahiriah. Kendati demikian, aspek lahiriah tetap menjadi aspek yang sangat penting dan satu-satunya pintu masuk untuk meraih efek batiniah.

Seperti yang telah ditulis Rumi, sebagian orang mengerjakan shalat seperti seekor ayam yang mematuk-matuk butiran padi. Ayam itu membungkuk dan menyentuh tanah berulang-ulang seperti yang kita lakukan saat bershalat. Apakah semua yang merunduk dan bergerak seperti ayam itu akan mendapatkan sesuatu? Tentu saja tidak. Orang-orang yang mendirikan shalat seperti ayam yang mematuki gandum mengira mereka mendapatkan sesuatu, padahal mereka hanya bergerak-gerak. Setidaknya seekor ayam mendapatkan sesuatu—butiran gandum—saat ia merunduk dan mematuk. Jadi, ayam lebih cerdas dari sebagian kita.

Ramadan adalah bulan yang baik untuk merenungi keislaman kita, untuk mengevaluasi hubungan kita dengan Allah Swt. Ini adalah waktu yang baik untuk mengingat bahwa pemahaman kita akan Islam hari ini semestinya tidak sama dengan pemahaman kita di hari esok. Seandainya keberislaman adalah sesuatu yang hidup, ia akan terus berkembang dan berubah. Keberislaman yang saya maksudkan bukan hanya praktik lahiriah atau label bahwa seorang *muslim*. Makna lebih dalam tentang Islam mengacu pada kapasitas kita untuk mengikuti sesuatu yang lebih besar daripada hasrat dan kebutuhan ego kita.

Selama Ramadan kita masih membutuhkan dunia, terlibat dalam semua tugas dan aktivitas, tetapi kita agak terpisah dari rutinitas dan perhatian kita yang biasa kita lakukan. Kita mengikuti ritme yang berbeda: kehidupan sehari-hari kita berpusar di sekitar praktik puasa dan shalat. Normalnya, ritme kita sehari-hari ditentukan keinginan fisik kita dan rutinitas masyarakat.

Kita mengatur waktu kita di siang hari untuk bekerja, bersekolah, makan, dan sebagainya. Tuntutan-tuntutan eksternal membentuk sebagian besar hari kita. Bulan ini, biarkanlah hati kita dibentuk oleh ritme Ramadan. Kita bangun sebelum fajar menyingsing, kita tidak makan siang, dan kita habiskan malam bersama-sama muslim yang lain untuk menunaikan shalat tarawih, shalat sunnah 20 rakaat yang kita dirikan di malam hari Ramadan.

Seharusnya pada bulan yang suci ini kita tidak terlalu memenuhi tuntutan dunia. Seharusnya berupaya menikmati rutinitas Ramadan. Selama hampir satu tahun kita disibukkan urusan duniawi dan pekerjaan. Selama itu kita kesulitan untuk duduk dan bersantai. Kita terus bekerja berpacu dengan waktu. Kita bekerja di siang ahri, rehat sebentar untuk *nyeruput* kopi, bekerja lagi, rehat makan siang, lalu kembali pada pekerjaan; memulai sebuah proyek, menjawab telepon, memenuhi undangan relasi, dan lain-lain. Kita membuat lusinan perjanjian dan terus menyibukkan diri kita. Kita habiskan terlalu banyak energi untuk mengerjakan berbagai urusan duniawi selama hampir setahun lamanya. Tentu saja keadaan itu mengganggu stabilitas diri kita. Karena itulah seharusnya di bulan suci ini kita beristirahat dari segala urusan dunia dan memusatkan perhatian untuk memenuhi kebutuhan jiwa, di antaranya dengan memperbanyak ibadah dan berzikir kepada Allah.

Mengikuti Kehendak Tuhan

Allah berfirman, *"Kemudian jika mereka mendebatmu (tentang Islam) maka katakanlah: 'Aku menyerahkan diriku kepada Allah dan (demikian pula) orang yang mengikutiku.'"*[43]

[43]QS Âlu 'Imrân (3): 20.

Sebagian kaum muslim mengikuti perintah Allah dalam ayat di atas untuk berserah diri kepada Allah, tetapi jumlahnya hanya sedikit. Hanya rahmat Allah yang membuat kita mampu berserah diri secara penuh kepada-Nya. Mungkin kita dapat mengatakan dengan mudah bahwa kita berserah diri kepada Allah dan kita telah berniat untuk melakukannya, lalu kita mencoba untuk berserah diri kepada-Nya. Kadang-kadang kita juga berdoa agar bisa mempersembahkan seluruh jiwa raga kita kepada-Nya. Kita bisa berharap melakukan semua ini seraya meminta pertolongan Allah, tetapi kita tidak dapat melakukannya seorang diri.

Selama bulan Ramadan kita berlatih—dengan berbagai bentuk ibadah dan ketaatan—untuk mengikuti kehendak Allah. kita melawan hasrat-hasrat fisikal kita akan kenikmatan dan kenyamanan. Kita menolak mengikuti hasrat-hasrat lahiriah itu karena kita percaya Allah memerintahkan kita untuk berpuasa. Kita melatih kehendak kita berulang-ulang setiap hari. Setiap kali haus, kita menolak minum. Setiap kali lapar, kita menolak makan.

Siapa pun dapat melakukan disiplin lahiriah ini. Seorang mursyid menegaskan bahwa banyak orang yang berpuasa layaknya seekor keledai. Jika pemiliknya tidak punya uang, ia tidak makan apa-apa, tetapi itu tidak membuat si keledai menjadi wali. Orang-orang yang malang, baik lelaki maupun perempuan, juga berpuasa seperti itu; mereka berpuasa, tetapi puasa mereka tidak berdampak dan tidak menyebabkan perubahan apa pun.

Di bulan yang suci ini kita semestinya kita lebih banyak bersyukur karena masih diberi kemampuan dan kehendak untuk menjalankan perintah Allah, yaitu berpuasa. Setiap kali kita lapar atau haus, seharusnya kita bersyukur bahwa kita masih punya kesempatan untuk menyembah Allah dengan secara aktif menundukkan diri kita pada sesuatu selain hasrat fisikal atau dorongan ego. Bulan ini merupakan bulan anugerah. Kita harus merenungi mengapa kita berpuasa, bagaimana semestinya

kita berpuasa, dan bagian mana dari diri kita yang benar-benar menyukai ibadah puasa ini.

Ketika Ramadan Berakhir

Saat kita memasuki ujung bulan Ramadan, marilah kita pikirkan lagi apa saja yang telah lakukan di bulan ini, dan pelajaran apa saja yang kita dapatkan dari bulan ini. Semoga di bulan ini kita telah mempelajari dan memahami karakter serta keadaan ego kita sendiri meskipun tidak seluruhnya. Selama menjalankan ibadah puasa, ego atau nafsu menjadi musuh kita yang paling aktif. Ia terus melancarkan serangan, menuntut kita makan, minum, dan melakukan sesuatu yang akan merusak ibadah puasa kita. Di satu titik, itu adalah tingkat ego sederhana yang hanya mengikuti naluri kebinatangan. Ego seperti itu bagaikan bayi atau seekor anak anjing yang lapar. Seorang anak akan terus merengek, "Aku mau makan." Kemudian, kita beri makan anak itu dan ia akan berkata, "Bolehkah aku minta pencuci mulut?" Jika kita sajikan pencuci mulut, ia minta es krim. Bagian diri kita ini sangat sederhana dan lugas. Jika kita menolak makan, ia akan terus meminta makanan.

Namun, gerakan dan tuntuttan ego yang narsisistik jauh lebih halus. Ia mulai dengan mengatakan, "Aku ingin makan" dan saat kita menolaknya, ia akan berdalih, "Lihatlah, kau begitu letih dan lapar. Sungguh buruk bagi kesehatanmu jika kau tidak makan."

Kita membalas, "Aku tidak peduli; aku sedang berpuasa. Aku tidak akan makan."

Ego kembali membujuk, "Kau tidak bisa berkonsentrasi jika kau tidak makan. Kau bisa kehilangan pekerjaanmu." Ego menyiapkan berbagai jenis alasan yang cerdik agar kita tidak berpuasa. Kita semua terus mendengar suara dalam diri seperti ini sepanjang bulan Ramadan. Ini adalah bagian dari disiplin dan berkah di bulan

Ramadan sehingga kita dapat mendengar suara itu dengan jelas. Karenanya, sepanjang Ramadan kita bisa mulai memahami lebih jelas bagaimana cara kerja ego kita.

Jika kita berhasil melawan dan kita terus berpuasa, ego akan mengatakan dengan penuh rasa bangga, "Aku sudah berpuasa. Betapa hebatnya aku. Aku lebih baik daripada orang-orang di sekitarku." Sikap dan keyakinan seperti itu akan merusak manfaat puasa karena puasa menjadi jalan untuk memperkuat ego. Kadang-kadang ego menyarankan, "Kita harus beri tahu orang lain bahwa kita sedang berpuasa sehingga mereka memuji dan membanggakan betapa taatnya kita." Alih-alih berusaha meraih rida Tuhan, kita jutsru berpuasa hanya untuk membuat orang lain terkesan dan memuji kita.

Nafsu kita akan terus berupaya mengambil manfaat dari segala tindakan kita, dengan berusaha memuji tindakan kita atau menemukan motif egois dari setiap tindakan kita. Nafsu akan terus berusaha mencari kesenangan dan meneguhkan kebanggaan kita dengan mengatakan betapa kita lebih baik ketimbang orang lain. "Betapa hebatnya aku dengan berpuasa, sungguh menakjubkan apa yang telah kulakukan." Bahkan, mungkin kita makan lebih banyak daripada biasanya selama bulan Ramadan. Kita makan sahur dan dan berbuka dengan makanan yang lebih banyak. Kita lewati makan siang dan cemilan di siang hari. Namun, nafsu membuat usaha kita yang kecil dan sederhana itu tampak sebagai perjuangan yang berat dan heroik.

Tipuan lainnya, nafsu memberi tahu bahwa kita tidak perlu memperhatikan hal-hal lain karena kita sedang berpuasa. Kita bisa menolak bekerja lebih giat dengan dalih, kita sedang berpuasa; kita memilih lebih banyak bersantai dan beristirahat karena kita sedang berpuasa. Nafsu akan terus berusaha membuat kita bermalas-malasan.

Apa yang telah kita pelajari di bulan ini? Faedah apakah yang dipetik dari ibadah puasa? Apa buah dan hasil dari semua tindakan yang kita lakukan? Apa yang telah kita pelajari dan manfaat apa yang telah kita rasakan dari ibadah puasa?

Ada banyak hal yang dapat kita ketahui dari bulan Ramadan dan tidak semuanya nyata. Kita dapat mengetahui bahwa perhatian kita teralihkan sepanjang bulan ini. Kita ingin mengkhususkan bulan ini untuk beribadah dan mengamalkan ajaran Islam. Namun, seberapa banyak ajaran Islam yang telah kita amalkan selain puasa? Bagaimana kita mendapatkan faedah dari bulan ini? Apakah kita menjadi semakin dekat kepada Tuhan di bulan ini? Apakah keadaan diri kita menjadi lebih baik, karena Nabi Muhammad saw. bersabda: "Jika hari ini sama dengan hari kemarin maka kalian merugi." Maksudnya, jika kita tidak belajar setiap hari, tidak mengembangkan diri setiap saat maka kita benar-benar telah membuang-buang waktu yang berharga. Setiap hari seharusnya kita terus menjadi lebih baik dari sisi pengetahuan dan pengalaman. Apakah kita belajar dari puasa atau apakah nafsu kita berhasil mengalihkan perhatian dari belajar apa pun yang penting selama bulan yang suci ini?

Ibadah zakat di akhir bulan Ramadan juga merupakan kesempatan besar untuk belajar. Zakat merupakan salah satu dari lima rukun Islam. Sebagai muslim, kita diperintahka memberikan seperempat dari harta yang kita kumpulkan sebelum Ramadan berakhir. Bagian sebagian kita, memberikan sebagian yang kita miliki bukanlah pilihan yang mudah dilakukan. Tuan guru saya sering mengatakan bahwa banyak dari kita bersikap seolah-olah dompet kita dipenuhi jelatang dan begitu kita menyentuhnya, tangan kita tersengat. Muzaffer Efendi juga mengingatkan bahwa Tuhan telah menjanjikan pahala sepuluh kali lipat untuk setiap sedekah yang kita keluarkan.

Bagaimana rasanya memberikan uang yang telah kita kumpulkan dengan susah payah untuk beramal? Apakah rasanya menyakitkan?

Apakah kita memberikan kurang dari yang semestinya? Atau apakah kita bersyukur bahwa Allah telah memberi kita rezeki yang cukup sehingga kita dapat membantu orang lain? Nafsu dalam diri kita akan berargumen, "Kau seharusnya tidak memberikan apa pun. Kau semestinya menyimpan apa yang sudah kau kumpulkan." Kita lupa bahwa apa pun yang kita miliki bukanlah kepunyaan kita, tetapi berasal dari Allah. Sungguh merupakan berkah luar biasa jika kita mampu berbagi dengan orang-orang yang membutuhkan. Tuhan telah mengatur hidup kita sehingga mereka yang memiliki harta berlebih dapat membantu orang yang membutuhkan. Amal sedekah merupakan kesempatan untuk melayani ciptaan Tuhan.

Syekh Safer Efendi mengajarkan banyak hal tentang sedekah. Ketika ia baru menjadi seorang darwis, saat baru saja keluar dari dinas militer, dengan senang ia berkata kepada mursyidnya, "Aku tidak perlu bersedekah tahun ini. Aku tidak perlu melakukan penghitungan zakat yang rumit karena aku tidak punya apa-apa." Mursyidnya malah menegurnya dengan keras: "Betapa lancangnya pikiranmu itu. Lihatlah, kau masih muda, kuat, dan sehat. Banyak orang yang terlalu tua atau terlalu sakit untuk bekerja. Banyak orang yang miskin dan membutuhkan sedekah. Kau malah mengatakan dengan penuh kebanggaan bahwa kau tidak bisa melayani mereka."

Safer Efendi bersumpah bahwa setiap tahun ia akan memberikan zakat lebih banyak dari tahun sebelumnya. Mursyidnya memberi tahunya bagaimana cara memulai berzakat, "Aku adalah bankmu. Bawa sedikit upah mingguanmu kepadaku dan aku akan menyimpannya untukmu. Di penghujung tahun, kau akan membayar zakat dari harta yang kausimpan itu."

Safer Efendi mengatakan, "Aku mengikuti saran mursyidku dan begitulah caranya aku menjadi orang kaya." Ia telah bertekad untuk bekerja keras agar bisa memberikan lebih banyak setiap tahunnya. Seiring berlalunya waktu, usahanya berkembang hingga memiliki lima macam usaha, termasuk sebuah hotel dan layanan katering.

Ia pun menjadi sangat kaya dan setiap tahun dapat memberikan sedekah lebih banyak dari tahun sebelumnya.

Kita bisa belajar dari teladannya. Bagi sebagian kita, memberikan sedekah itu merupakan amal yang lebih berat daripada berpuasa. Orang yang kikir menganggap lebih mudah berpuasa. Orang yang pelit punya semua jenis dalih untuk menolak bersedekah. Mereka berkata pada diri sendiri, "Jika aku memberi mereka, orang-orang malang ini akan menggunakan uangnya untuk membeli narkoba atau minuman keras," atau "Mereka harus belajar berusaha sendiri," atau "Kita tidak semestinya membuat mereka tergantung pada sedekah." Bersedekah dan bermurah hati memberi orang lain merupakan langkah yang sulit dan berat.

Jangan lalaikan ajaran Islam tentang zakat dan sedekah. Ada banyak yang bisa dipelajari dari zakat. Marilah kita duduk dan merenungi semua alasan untuk memberikan amal sedekah dan bertafakur tentang berkah yang kita nikmati, berkah yang membuat kita punya kelimpahan harta untuk disedekahkan.

Setelah berpuasa sebulan penuh di bulan Ramadan, kita diperintahkan untuk mengeluarkan zakat. Melalui ibadah puasa, kita diminta merenung seraya membayangkan keadaan orang yang berpuasa karena mereka tidak punya pilihan selain harus berpuasa. Kita diminta memperhatikan nasib mereka yang harus berpuasa karena memang tidak punya makanan. Sementara, kita berpuasa dengan kulkas terisi penuh. Betapa sulitnya untuk berpuasa bagi orang yang tidak punya apa-apa dalam kulkas mereka! Banyak orang miskin yang bekerja keras setiap hari dan hanya menghasilkan uang yang cukup untuk membeli makanan untuk hari itu saja. Anak-anak mereka pun menderita secara fisik dan mental akibat kekurangan gizi. Banyak orang yang masih menderita kelaparan di seluruh antero dunia ini.

Muzaffer Efendi mengatakan bahwa ketika Nabi Musa a.s. berbicara kepada Tuhan di Gunung Sinai, Tuhan bertanya, "Apa

yang sudah kaulakukan untuk-Ku? Apa yang telah kaulakukan demi kepentingan-Ku?"

Nabi Musa menjawab, "Aku sudah beroda untuk-Mu."

"Tidak. Doamu bukan untuk-Ku, doamu untuk kepentingan jiwamu."

"Aku sudah beramal sedekah untuk-Mu."

"Barang-barang milik siapa yang yang kauberikan?"

Nabi Musa a.s. menyerah dan Tuhan memberi tahu. "Ketika kau memberi makan salah satu hamba-Ku yang kelaparan, sesungguhnya kau sedang memberi Aku makan. Ketika kau memberikan tempat berteduh kepada hamba-Ku yang tak punya tempat tinggal, sesungguhnya kau memberi-Ku tempat bernaung."

Berikanlah zakat dengan hasrat yang tulus untuk membantu orang yang kelaparan dan para gelandangan, bukan hanya untuk memenuhi kewajiban agama.

Muzaffer Efendi sering memperingatkan bahwa jika kita tidak memberikan apa yang telah Tuhan berikan kepada kita, Tuhan mungkin akan mengambil apa yang telah kita simpan—misalnya dalam bentuk tagihan dokter, obat-obatan, atau biaya operasi. Lebih baik, habiskan uang itu dengan ikhlas untuk membantu orang lain. Lebih baik, berikan apa yang telah diberikan Tuhan kepada kita dan jangan menunggu Dia mengambil apa-apa yang telah diberikan-Nya.

Bersyukurlah karena kita masih punya kemampuan untuk memberikan zakat, untuk membantu orang yang kelaparan dan keluarganya. Salah satu tujuan berpuasa adalah membuat kita lebih menyayangi orang miskin dan yang membutuhkan. Saya berharap, Ramadan membuka semua hati kita setiap tahunnya.

15

Malam Seribu Bulan

Berkah Allah senantiasa bersama kita, tetapi Muzaffer Efendi pernah mengatakan bahwa berkah itu lebih tersedia di waktu dan tempat tertentu. Salah satu momen yang pernuh berkah adalah Lailatul Qadar yang dalam tarekat kami dirayakan pada malam 27 Ramadan. Di malam itu, selubung antara dunia dan surga menjadi sangat tipis.

Salah satu nama Allah, *Yâ Wahhâb*, Yang Maha Pemberi, mengacu pada berkah ilahiah yang turun laksana hujan pada setiap orang dan segala hal tanpa kecuali. Muzaffer Efendi sering mengingatkan bahwa Rahmat Allah selalu dilimpahkan kepada kita, tetapi kita harus menggunakan Sifat Ilahiah lainnya, *Yâ Fattâh*, Yang Maha Pembuka, agar bisa menerimanya. Saat kita mengeluh bahwa kita tidak mendapatkan Rahmat Allah, itu seperti pergi ke Air Terjun Niagara dengan tangan mengepal keras lalu menyalahkan Air Terjun itu karena kita tidak mendapatkan air sama sekali. Jika saja kita buka telapak tangan, niscaya kita akan dapatkan air yang berlimpah.

Kedua sifat ilahiah itu, *Yâ Wahhâb* dan *Yâ Fattâh*, sangat terkait erat. Berkah Allah senantiasa mengalir dan kita punya kapasitas untuk merengkuh berkah itu. Mungkin berkah di Malam Seribu

Bulan itu yang membuat kita harus lebih terbuka ketimbang di malam-malam lainnya. Barang kali di Malam al-Qadar *kita* lebih terbuka pada surga, bukannya surga yang lebih terbuka pada kita.

Malam al-Qadar adalah malam Al-Quranul Karim diturunkan Allah ke langit terendah—penghubung antara langit dan bumi. Di malam ini wahyu pertama Al-Quran diturunkan kepada Nabi Muhammad saw. Setelah wahyu yang pertama itu, ayat-ayat Al-Quran diturunkan secara bertahap selama dua puluh dua tahun lebih. Mengapa wahyu diturunkan secara bertahap seperti ini? Allah tentunya bisa saja menurunkan Al-Quran sekaligus. Jika Allah berkehendak, Nabi Muhammad saw. bisa langsung menjadi hafiz, orang yang hafal seluruh isi Al-Quran.

Menurut salah satu tafsir, wahyu perlu diturunkan secara bertahap dengan tujuan untuk memelihara komunitas muslim yang sedang tumbuh. Setiap wahyu yang turun merupakan tanggapan atas suatu masalah tertentu yang terjadi saat itu. Setiap ayat Al-Quran adalah mukjizat. Seperti sebuah hologram, setiap ayat mencerminkan Kebenaran seluruh Al-Quran. Berkat ayat-ayat yang diturunkan, orang yang mendengarkannya mendapatkan inspirasi dan keislaman mereka menjadi semakin mendalam.

Pada malam ini Al-Quran diturunkan dari Lauh Mahfuzh, kitab induk tempat segala sesuatunya tertulis. Al-Quran diturunkan dari Lauh Mahfuzh ke langit terendah, lalu diturunkan ke dunia secara bertahap selama 22 tahun, 2 bulan, 22 dua hari untuk menegakkan Islam, mengajari orang-orang yang baru memeluk Islam, dan menjadi pembimbing bagi Nabi Muhammad saw. Nabi sendiri adalah pembimbing bagi kaum muslim, dan sekaligus pembimbing bagi diri beliau sendiri. Rasulullah tidak bisa menjadi pembimbing kecuali beliau sudah dibimbing.

Jadi, di Malam al-Qadar ini, kita merayakan momen diturunkannya wahyu pertama, momen ketika Kebenaran diturunkan ke bumi oleh Allah. Seolah-olah Allah menebarkan

benih Kebenaran pada awan dan dari awan itu hujan Kebenaran dilimpahkan ke bumi selama dua puluh dua tahun, dua bulan, dua puluh dua hari untuk menyirami makhluk-Nya. Ingatlah, Al-Quran diturunkan untuk semua manusia, bukan hanya untuk kaum muslim. Al-Quran diturunkan untuk seluruh umat manusia dan seluruh makhluk Allah.

Kebenaran yang Allah wahyukan melalui para nabi dan rasul merupakan Kebenaran untuk semua manusia. Kebenaran itu diturunkan dari surga ke dunia materi. Sama seperti Al-Quran yang mengalir ke bumi selama dua puluh dua tahun, dua bulan, dua puluh dua hari, Kebenaran Al-Quran masih mengalir dan masih memberkahi semua ciptaan. Jika kita hidup mengikuti Kebenaran, kita menyentuh orang lain, dan mengilhami mereka untuk beriman. Mengikuti Islam menuntut kita melakukan yang terbaik untuk hidup sesuai dengan Kebenaran. Hidup sesuai dengan Kebenaran meliputi semua ciptaan—manusia, makhluk hidup lain, bumi, air, dan udara. Allah mengatakan bahwa Nabi Muhammad saw. diutus bukan hanya untuk kaum muslim, melainkan juga sebagai rahmat bagi seluruh semesta sebagaimana ditegaskan dalam firman Allah: *"Dan tiadalah Kami mengutusmu, melainkan untuk (menjadi) rahmat bagi semesta alam."*[44]

Kita mengira Al-Quran hanyalah sebuah kitab, sekumpulan halaman yang dijilid di antara dua sampul. Namun, Al-Quran tidak bisa dikungkung dalam lembar-lembar kertas atau kulit, atau material lainnya. Kata-kata dalam Al-Quran itu bagaikan jari yang menunjuk ke arah Kebenaran. Al-Quran tidak ditulis di kertas, juga bukan kata-katanya yang bisa dibaca. Ada suatu mukjizat tersembunyi yang terjadi ketika seseorang membaca ayat Al-Quran. Sebagai manusia, kita tidak bisa membaca kata-kata Kebenaran

[44]QS al-Anbiyâ (21): 107.

yang tak terbatas. Setiap ayat Al-Quran melampaui apa yang bisa dituturkan mulut manusia.

Setiap ayat Al-Quran merupakan pertanda akan adanya Tuhan. Kata ayat itu sendiri secara harfiah berarti 'tanda'. Setiap ayat adalah *ayatullah*, sebuah tanda dari Tuhan. Setiap ayat merupakan percikan dari Ketakterbatasan yang lebih besar. Bagaimana bisa lidah dan bibir seorang manusia melantunkan sesuatu yang tidak terbatas? Setiap pembacaan Al-Quran adalah sebuah mukjizat.

Bentuk lahiriah Al-Quran tampaknya hanya kata-kata dan kalimat yang ditulis di atas kertas, dibaca pada suatu waktu dan tempat tertentu. Namun, kata-kata suci ini sebenarnya tidak dibatasi waktu dan tempat. Seperti diungkapkan dalam Al-Quranul Karim, *"Sekiranya lautan menjadi tinta untuk (menulis) kalimat-kalimat Tuhanku, niscaya habislah lautan itu sebelum habis (ditulis) kalimat-kalimat Tuhanku meskipun Kami datangkan tambahan sebanyak itu (pula)."*[45] Al-Quran bukanlah kitab yang terbatas. Al-Quran adalah Kebenaran ilahiah yang tak pernah habis dan tak terbatas yang diturunkan ke dunia ini.

Apa yang diturunkan di Malam al-Qadar jauh lebih besar daripada yang bisa kita bayangkan. Kita mendapat berkah luar biasa untuk mengingat kembali peristiwa tersebut. Ini merupakan peristiwa yang tak terbatas dari sisi makna dan berkah yang meliputi segala waktu dan tempat. Peristiwa itu mengandung segalanya. Al-Quran mengajarkan, *"Malam kemuliaan itu lebih baik dari seribu bulan."*[46]

Muzaffer Efendi pernah mengisahkan sebuah cerita tentang seorang sufi agung, *Hazreti* Ibn Arabi. Suatu hari Ibn Arabi menempuh perjalanan di atas kudanya dan terjatuh. Ia terbaring di tanah dan tampak seperti sedang melamun. Para sahabatnya

[45]QS al-Kahfi (18): 109.

[46]QS al-Qadr (97): 3.

bergegas mendekatinya, mengira diriya terluka parah. Namun, ia meyakinkan mereka dengan mengatakan, "Aku tidak apa-apa. Ketika terjatuh, aku teringat segalanya ada di dalam Al-Quran. Jadi, aku bertanya pada diriku sendiri, 'Di manakah hal ini? Di manakah terjatuhnya aku dari kuda mengacu di dalam Al-Quran?' aku terbaring sambil memikirkan tentang hal ini sampai aku menyadari hal itu ada dalam Surah al-Fâtihah."

Surah Al-Fâtihah adalah surah pembuka dalam Al-Quran. Ini adalah surah pendek yang terdiri atas tujuh ayat. Seorang sufi besar seperti Ibn Arabi dapat menemukan hal seperti itu dalam Al-Quran. Kita bukanlah seorang sufi besar, tetapi jika kita terus mengkaji Al-Quran dan semakin mendalami ayat-ayatnya, kedalaman maknanya akan mulai terbuka pada diri kita. Setiap frasa suci dalam Al-Quran memiliki kekuatan yang luar biasa. Kita diberi tahu bahwa satu pembacaan *lâ ilâha illa Allâh* yang ikhlas akan mengubah kehidupan kita jika dapat memahaminya, sebagaimana diilustrasikan dalam kisah berikut ini.

Menurut sebuah hadis terkenal, pada masa Nabi Muhammad saw. ada seorang kepala suku Badui yang datang ke Madinah untuk menjadi muslim. Pria itu berwajah tampan dan tampak berwibawa. Ia seorang pemimpin sebuah suku yang besar dan berpengaruh. Si kepala suku memasuki masjid Madinah dan Nabi saw. menyambutnya dan membentangkan jubah beliau agar ia dapat duduk dan shalat di sana. Kaum muslim lain merasa sedikit cemburu melihat perlakuan Nabi saw. kepadanya. Lelaki itu belum menjadi muslim, tetapi ia mengerjakan shalat di atas jubah Nabi. Ini merupakan kehormatan yang tidak pernah didapatkan seorang pun dari mereka.

Ketika kepala suku selesai menunaikan shalatnya, Nabi Muhammad saw. memanggilnya untuk bersyahadat. Ia pun mengucapkan *asyhadu an lâ ilâha illa Allâh*—aku bersaksi tidak ada tuhan selain Allah—dan tangisnya pun meledak. Sebagian sahabat Nabi

menyangka lelaki itu menangis karena menyesal telah mengucapkan syahadat. Nabi saw. menyadari pikiran mereka sehingga beliau bertanya kepada lelaki itu, "Mengapa kau menangis? Apa kau menyesal kerana telah menjadi seorang muslim?"

Si kepala suku menjawab tegas, "Bukan. Tidak sama sekali. Hatiku mulai terbuka saat aku mendirikan shalat dan aku mulai melihat hidupku dengan pandangan yang lebih terbuka. Aku menyadari bahwa aku telah melakukan banyak dosa sepanjang hidupku. Aku pernah membunuh orang yang tak bersalah; aku membiarkan bahkan memerintahkan sukuku untuk memerangi suku lain. Aku sangat menyesali segala hal yang pernah kulakukan."

Nabi Muhammad saw., menjawab, "Anakku, ucapan *lâ ilâha illa Allâh* yang diungkapkan dengan ikhlas akan membersihkan hatimu, membuatmu seolah-olah terlahir kembali. Saat ini, kau membuka lembaran hidup baru. Kau bisa meneruskan kehidupanmu tanpa rasa penyesalan."

Itulah dampak atau buah dari ucapan *lâ ilâha illa Allâh* yang dikatakan dengan ikhlas. Apakah kita telah memahami *lâ ilâha illa Allâh*? Apakah kita mengetahui kekuatan kalimat ini untuk mengubah hidup kita? Semestinya kita merasakan sebuah pesona dan ketakjuban ketika melantunkan kalimat suci ini atau ayat apa pun dalam Al-Quran. Sebagian mukmin, ketika mengucapkan lafal Allah, seakan-akan rambut di kepala mereka berdiri. Beberapa sufi pernah mengucapkan Allah dan mereka langsung tumbang tak sadarkan diri.

Jika satu kata atau satu frasa Al-Quran memiliki kekuatan sedemikian hebat, betapa luar biasanya berkah yang didapat dari seluruh wahyu dalam Al-Quran! Setiap kata, setiap ayat, setiap juz dalam Al-Quran adalah mukjizat. Pada malam al-Qadar ini seluruh wahyu diturunkan ke langit yang paling rendah, tempat yang menghubungkan surga dengan bumi. Di malam ini pun kita merayakan turunnya seluruh kitab suci. Semua kitab suci

itu diturunkan untuk semua ciptaan, bukan hanya untuk orang Arab, untuk kaum muslim, atau umat manusia, melainkan seluruh ciptaan. Itulah kehebatan dan keistimewaan malam ini dibanding malam-malam lainnya. Inilah satu peristiwa besar yang pernah terjadi dalam sejarah manusia, salah satu berkah terbesar bagi seluruh makhluk: malam diturunkannya Kebenaran dan Rahmat ke seluruh semesta.

Berkah malam ini sangat luar biasa. Gaung peristiwa turunnya Kebenaran terdengar di malam; keistimewaan dan keagungannya tak lekang oleh zaman. Muzaffer Efendi pernah mengatakan bahwa ada banyak tempat suci di bumi ini, di antaranya adalah tempat yang pernah ditempati seorang nabi atau wali, atau yang mereka gunakan untuk beribadah menyembah Tuhan. Termasuk juga tempat nabi berbicara kepada Tuhan dan Tuhan bicara kepada mereka. Karena berbagai peristiwa besar itu, selubung antara langit dan bumi menjadi lebih tipis dan doa-doa kita menjadi lebih mendalam dan kuat di tempat-tempat seperti itu.

Selain tempat-tempat yang suci, ada juga waktu-waktu yang suci, waktu ketika selubung antara surga dan bumi menjadi lebih tipis. Lailatul Qadar adalah malam yang paling suci dalam setahun. Pada malam itu kita ada dalam Kehadiran Tuhan seakan-akan kita ada di Makkah, Madinah, atau salah satu tempat suci di dunia. Surga dan dunia menjadi lebih dekat daripada sebelumnya. Doa kita yang tulus diterima karena turunnya Kebenaran dari langit ke bumi ditemani naiknya doa dan ibadah kita.

Malam ini adalah malam untuk membuka hati kita kepada Tuhan dan mendoakan mereka yang kita cintai, mereka yang sudah meninggal mendahului kita, saudara dan saudari kita di jalan Kebenaran, dan mendoakan jiwa kita sendiri. Ini adalah malam untuk memohon agar spiritualitas kita berkembang. Kita doakan mereka yang sedang ditimpa penderitaan, dan mendoakan semua ciptaan Tuhan. Gerbang-gerbang surga terbuka lebar. Para malaikat

bersama kita. Begitu doa meluncur dari mulut kita dan hati kita, mereka membawanya langsung kepada Tuhan.

Bertahun-tahun silam, saya jatuh hati pada seorang imam yang luar biasa di Turki. Ia menjadi imam shalat di masjid Dolmabace di istanbul. Saya belum pernah mendengar Al-Quran dibaca dengan lantunan yang begitu menyentuh. Bacaannya mengantarkan saya pada lapis-lapis makna yang dalam. Semua orang yang ada di sana pun merasakan hal yang sama. Dia teman mursyid saya dan usai mengerjakan shalat kami duduk bersama sambil menyesap teh. Ketika mendengar bahwa saya adalah seorang syekh dari California, ia berkata, "Saat kau kembali, bilang kepada semua darwis yang ada di sana untuk memanjatkan doa untuk orang lain. Bilang pada mereka untuk berdoa; mendoakan diri sendiri tidaklah cukup."

Ketika berdoa, kita memiliki suatu hubungan khusus dengan Tuhan. Kita melakukan apa yang sesuai dengan sifat asali karena kita diciptakan untuk berdoa kepada Tuhan dan bergantung kepada-Nya. Renungkan dan pikirkanlah 99 Nama Allah. Kita semua mencari Kebenaran, Cinta, Rahmat, Keadilan, Cahaya, Bimbingan, dan lain-lain. Saat berdoa, kita mencoba terhubung pada Tuhan dengan semua sifat-sifat-Nya. Jika kita meminta untuk diri sendiri, kita terhubung dalam hal tertentu. Jika kita meminta untuk orang lain, maka itu menjadi ibadah khusus karena kita berusaha melayani mereka.

Lailatul Qadar adalah malam untuk berdoa seperti itu. Mintalah pertolongan kepada Allah, karena Dia menginginkan kita berdoa. Dia memberi tahu kita, "Mintalah yang mungkin Aku akan kabulkan." Dengan meminta, kita mengembangkan suatu hubungan khusus dengan Tuhan. Kita menyadari betapa kita membutuhkan Dia dan kita menjadi sadar dan lebih bersyukur atas apa yang telah kita terima dari-Nya.

Kita tidak tahu apa yang sebenarnya diinginkan dan dibutuhkan hati kita karena kita terus disibukkan urusan dunia. Seperti anak-

anak, kita sibuk dengan mainan plastik dan anka bentuk permainan bodoh lainnya. Permainan itu baik untuk seorang anak, tetapi kita sedang berusaha menjadi manusia dewasa. Dan, seorang manusia dewasa seharusnya berusaha mencari Tuhan dan mencari cara untuk menyenangkan-Nya. Orang dewasa seharusnya sudah melepaskan ikatan dengan permainan duniawi yang kekanak-kanakan.

Kita harus meluangkan waktu, menjadi tenang, dan tafakur secara mendalam untuk mengetahui apa yang hati kita inginkan. Jika kita meminta secara dangkal apa yang kita inginkan, kita hanya akan mendapatkan apa yang diinginkan nafsu. Nafsu dalam diri kita selalu menginginkan lebih banyak *barang*—sebuah mobil baru, lebih banyak uang, sebuah rumah yang mewah. Nafsu kita juga menginginkan ketenaran dan puja-puji. Kita tahu apa yang dihasilkan benda-benda itu. Tidak ada satu pun dari benda-benda itu yang berharga atau penting untuk jangka waktu yang lama. Sebuah mobil baru atau mainan baru lainnya hanya akan tampak bagus selama seminggu atau dua minggu. Kemudian barang-barang itu menjadi tua. Ketika kita dikendalikan nafsu, kita tidak bisa melihat apa yang ada di balik hasrat yang remeh ini.

Di kala sebagian besar kita berdoa, kita mengikuti doa orang lain karena kita tidak tahu apa yang sesungguhnya kita inginkan. Kita perlu berdoa dengan kesadaran yang lebih tinggi tentang apa yang benar-benar kita ingin dan butuhkan. Dapatkah kita temukan kata-kata hati kita, apa yang dirindukan hati kita, dan berdoa dengan itu semua?

Jangan berpuas diri dengan doa yang berasal dari kepala kita. Jangan merasa puas dengan doa yang kita baca atau kita dengar. Alih-alih, carilah doa yang berasal dari lubuk hati kita sendiri. Cari dan temukanlah kata hati kita sendiri, yang merindu dan mengharapkan sesuatu yang jauh melampaui hasrat keseharian. Kita biasanya begitu fokus pada peristiwa-peristiwa lahiriah dalam kehidupan sehari-hari, kita tidak memusatkan perhatian pada yang

ada dalam diri kita. Waktu kita tersita untuk bekerja, memasak, membesarkan anak, dan sebagainya. Kita harus luangkan waktu untuk mencari lebih dalam. Kita begitu disibukkan oleh kehidupan dunia sehingga melupakan Tuhan, Sumber segala kehidupan. Kita begitu sibuk dengan apa yang bersifat sementara sehingga melupakan apa yang abadi.

Lailatul Qadar juga merupakan waktu yang sangat baik untuk mengurangi kegiatan sehari-hari dan merenung dengan mengajukan pertanyaan pada diri sendiri, "Apa yang dirindukan hati*ku*?" Bukan apa yang telah kita baca di berbagai buku. Bahkan, kata-kata para wali dan para nabi hanyalah bayang-bayang pengalaman mereka yang sebenarnya. Mereka mencoba menyampaikan pengalaman mereka melalui kata-kata itu. Namun, pengalaman spiritual jauh melampaui kata-kata. Jadikan doa para wali dan para pecinta Tuhan sebagai inspirasi agar kita mencoba dan mengalami Tuhan sebagaimana *mereka* mengalami Tuhan. Tengoklah ke dalam diri kita dan temukanlah apa yang dirindukan hati kita, lalu tengok dan lihat lebih dalam lagi. Apa yang ada dalam jantung hati kita? Beberapa hal mungkin tak bisa diungkap dengan kata-kata. Tidak semuanya dapat dinyatakan dengan bahasa. Untuk melakukannya, kita harus bersikap tenang. Kita harus mendengarkan dengan cinta karena cinta adalah kunci untuk lebih memperdalam pemahaman. Semakin kita hening, semakin perasaan kita peka.

Para psikolog menemukan fenomena ini bertahun-tahun silam. Ada sebuah hukum tua dalam psikologi yang disebut Hukum Weber-Fechner. Hukum itu dikembangkan setelah penelitian tentang persepsi—pendengaran, penglihatan, dan sentuhan—dilakukan selama bertahun-tahun. Hukum Weber-Fechner menyatakan bahwa semakin banyak simulasi dilakukan, semakin sedikit yang kita persepsikan. Semakin kita sibuk dan aktif, semakin kita kurang sensitif. Untuk menjadi sensitif, kita harus bersikap lebih tenang dan diam.

Salah satu contoh paling jelas berasal dari penelitian tentang persepsi akan berat. Jika kita tambahkan berat pada sesuatu yang tengah dipegang seseorang, seberapa banyak berat tambahan yang dibutuhkan agar perubahannya disadari? Misalnya, jika Anda memegang selembar kertas, Anda dengan mudah bisa merasakan berat seperempat kertas ditaruh di atas sehelai kertas tadi. Jika Anda memegang satu atau dua perempat, Anda bisa rasakan berat dari tambahan yang seperempat. Namun, jika Anda memegang satu buah batu bata, Anda tidak akan merasakan berat seperempat batu yang ditambahkan di atasnya. Berat batu bata itu menutupi seluruh berat tambahan.

Pada Malam al-Qadar, kita dapat menjatuhkan batu bata itu. Kita bisa bersikap tenang dan menjadi lebih hening dan peka sehingga kita dapat mendengar suara hati kita yang paling dalam yang biasanya tak terdengar. Suara batiniah itu termat lirih dan terdengar lamat-lamat. Nafsu bersuara jauh lebih keras dan menggema terus-terusan. Mungkin karena itulah nafsu sering memenangi perang batin. Ketenangan merupakan sekutu utama yang kita butuhkan untuk menempuh jalan kebenaran.

16

Renungan Tahun Baru

Selama hampir tiga puluh tahun kita telah mengamalkan zikir mulai dari pukul 11.30 siang sampai pukul 12.30 dini hari di Awal Tahun Baru. Sungguh merupakan berkah yang indah karena kita bisa mengakhiri setiap tahun dan mengawali tahun baru dengan mengamalkan zikir kepada Allah.

Setelah menyelesaikan zikir, kita berada di awal tahun yang baru. Tentu saja kita selalu ada di awal sesuatu. Momen ini sebenarnya tidak berbeda dari momen-momen lainnya. Setiap momen sebenarnya memulai sisa hidup kita. Namun, di malam pergantian tahun, kita membayangkan adanya sesuatu yang istimewa, sebuah momen untuk menjadi awal sesuatu. Di pergantian tahun, kita ada di suatu waktu yang disebut *barzakh*, ambang antara satu tahun dan tahun berikutnya.

Berada di sebuah ambang sama dengan berada di antara dua hal. Tahun yang lalu baru saja usai dan tahun yang baru segera dimulai. Semoga kita sedikit lebih waspada kali ini. Kita bisa menjadi sedikit lebih awas karena kita berada antara dua waktu yang berbeda. Berada pada suatu ambang, secara umum kita menjadi sedikit lebih awas daripada biasanya. Ketika berada di tengah-tengah rutinitas harian, hari-hari, minggu-minggu, dan bulan-bulan dalam setahun

berlalu dengan cepat. Sungguh mudah menjadi tidak sadar karena rutinitas harian kita telah menjadi kebiasaan. Kita terlalu banyak menghabiskan hari-hari yang dipenuhi dengan terlalu banyak tindakan yang sudah menjadi kebiasaan dan terlalu sedikit berpikir.

Sebuah ambang, atau ruang antara periode waktu, dapat *membantu kita menjadi* sedikit lebih awas. Kita dapat lebih banyak merenung di waktu-waktu seperti ini. Jadi, marilah kita pergunakan momen ini sebaik-baiknya dan merenungi bahwa kita berada di awal sebuah tahun yang baru. Sesuatu baru saja usai—satu tahun yang dapat kita kenang dan pelajari. Dengan kesadaran baru, kita dapat membuat satu awal yang lebih baik di tahun yang menjelang dan memiliki niat baru untuk menggapai sesuatu.

Tentu saja kita bisa lakukan itu *setiap* hari. Itu akan menjadi praktik yang baik bila kita memperlakukan setiap hari sebagai awal dari sisa hidup kita. Setidaknya, awalilah kebiasaan itu dengan merenung dan berzikir di awal tahun baru. Jika telah terbiasa, kita bisa melakukannya lebih sering sehingga perenungan dan evaluasi diri dilakuakn setiap saat. Dalam Buddhisme Zen, setiap pagi para biarawan melepaskan *kesa*, jubah meditasi, kemudian mereka berdoa, "Semoga hari ini aku menjadi biarawan Zen sejati. Semoga aku bisa melakukannya hari ini." Setelah berdoa, mereka kembali mengenakan *kesa*. Ini merupakan ritual yang sangat cerdas, mengawali hari dengan kesadaran yang terus diperbarui setiap hari.

Kita juga mungkin dapat mengatakan di malam pergantian tahun, "Selama tahun yang akan datang ini semoga aku berperilaku sebagai darwis."

Lalu, kita bisa melakukannya setiap bulan, setiap minggu, bahkan setiap hari atau sebelum pergi bekerja. Kita bisa mengatakan, "Semoga aku melaksanakan tugas-tugasku dalam pekerjaan hari ini seperti seorang darwis sejati." Saya, misalnya, bisa berdoa sebelum pergi mengajar, "Semoga aku mengajar seperti seorang darwis, atau seorang syekh, yang biasa mengajar." Jika saya tidak bisa benar-

benar menjadi seorang darwis, mungkin saya bisa meniru dan meneladaninya. Mungkin saya dapat berperilaku *seperti* darwis, dan mungkin itulah yang terbaik yang bisa saya lakukan.

Dalam sebuah hadis, Nabi Muhammad saw. bersabda, "Shalatlah sebagaimana kalian melihatku shalat." Beliau tidak mengatakan, "Kerjakanlah shalat seperti aku mengerjakannya," karena siapa orangnya yang dapat mendirikan shalat Rasulullah? Dalam hadis tersebut, Rasulullah meminta kita mengikuti bentuk lahiriah shalat beliau.

Kita bisa menekadkan niat dan harapan yang terbaik untuk bisa memberikan pelayanan dalam pekerjaan kita, untuk bekerja sebagai darwis sejati, dan melakukan segala sesuatu sebaik-baiknya. Bahkan jika kita tidak bisa melakukan amal batiniah yang sempurna, setidaknya kira dapat mencoba mengamalkan laku dan ibadah lahiriah secara lebih baik dan lebih sempurna.

Dalam tradisi tarekat Jerrahi, kami selalu melakukan peniruan. Hazreti Rabiyah al-Adawiyah, seorang wali sufi, senantiasa berdoa, "Ya Allah, jadikanlah peniruanku menjadi sempurna." Pada 1978, Muzaffer Efendi dan para darwis Turki mempertunjukkan zikir tradisional dalam sebuah festival musik di Prancis. Seluruh penonton sangat tersentuh. Mereka tidak pernah mendengar sesuatu seperti itu sebelumnya. Ketika zikir usai dilantunkan, Muzaffer Efendi berkata kepada para penonton, "Terima kasih sudah mendengarkan. Ini adalah peniruan dari zikir yang sebenarnya. Kami sudah mempelajari bentuk tradisional dan kami menirukan zikir yang sebenarnya di masa lalu." Seakan-akan ia menyatakan bahwa zikir yang sangat menyentuh itu tidak ada apa-apanya dan hanya peniruan dari zikir sejati, zikir yang sesungguhnya.

Marilah kita berniat untuk berperilaku layaknya seorang darwis di sepanjang tahun ini. Berperilaku seperti darwis berarti menjadi lebih sadar dan welas asih, melayani orang lain tanpa hasrat untuk mendapatkan pujian atau ganjaran. Sebagian besar orang akan

berperilaku laiknya binatang—diperbudak keserakahan, nafsu, dan amarah. Sepanjang tahun baru ini, cobalah untuk meminta kepada Allah setiap usai shalat Subuh agar hari ini kita dapat berperilaku dengan baik, agar kita dapat berperilaku sebagai darwis, sebagai muslim, dan sebagai manusia (ketiganya adalah sama).

Perang melawan nafsu membutuhkan perhatian dan upaya harian seperti itu. Kita membutuhkan semua bantuan yang bisa kita dapatkan dalam peperangan ini. Seperti dikemukakan seorang guru saya, "Seolah-olah kau diterjunkan dengan parasut ke tengah-tengah medan pertempuran. Kau bisa saja berkata, 'Aku tidak melihat pertempuran,' atau 'Aku tidak akan membela diriku sendiri.' Mereka yang melakukan itu pasti kalah karena *ada* perang besar yang tengah berkobar. Pertempuran itu adalah antara apa yang paling baik dan apa yang paling buruk dalam diri kita."

Meskipun saya tidak suka metafora pertempuran, tetapi metafora ini menjadi pengingat yang baik tentang betapa seriusnya peperangan yang berlangsung dalam diri kita sendiri. Sebagaimana telah saya ungkapkan sebelumnya, makna harfiah kata jihad adalah "perang". Jika kita tidak berperang, tentu kita akan mengalami kekalahan karena nafsu kita sama sekali tidak menyukai kedamaian dan ketenangan. Mungkin kita semestinya menempelkan stiker di bemper mobil yang bertuliskan, "Nafsuku adalah teroris" (sayangnya, saya tidak bisa membayangkan apa yang akan terjadi jika kita benar-benar melakukannya. Bisa saja mobil kita dihentikan polisi dan mereka tahu bahwa kita adalah seorang muslim).

Nafsu kita *adalah* teroris. Ia meneror kita, orang yang kita sayangi, dan semua orang yang berkaitan dengan kita. Ini berlaku untuk semua orang, baik Yahudi, Kristen, Buddha, Hindu, maupun Muslim, semuanya sama saja. Nafsu kita adalah teroris. Kelompok yang paling berbahaya adalah yang mengklaim bahwa mereka tidak punya nafsu, bahwa mereka telah lepas dari ego. Orang yang tidak

Nafsu kita *adalah* teroris. Ia meneror kita, orang yang kita sayangi, dan semua orang yang berkaitan dengan kita. Ini berlaku untuk semua orang, baik Yahudi, Kristen, Buddha, Hindu, maupun Muslim, semuanya sama saja. Nafsu kita adalah teroris. Kelompok yang paling berbahaya adalah yang mengklaim bahwa mereka tidak punya nafsu, bahwa mereka telah lepas dari ego. Orang yang tidak menyadari ego atau nafsu mereka adalah orang yang paling mudah dikuasai nafsu.

menyadari ego atau nafsu mereka adalah orang yang paling mudah dikuasai nafsu.

Marilah kita luangkan waktu untuk merenungi apa yang telah kita lakukan di tahun sebelumnya. Apa yang sudah kita pelajari? Kesalahan apa yang sudah kita perbuat? Dengan cara apakah kita tumbuh dan berkembang sebagai manusia dan sebagai darwis? Setelah kita lakukan ini, tekadkanlah niat untuk melakukan hal-hal baru di tahun berikutnya. Rancanglah langkah-langkah apa saja yang diperlukan agar diri kita berubah dan berkembang; apa saja yang ingin kita capai dalam kehidupan, keluarga, pekerjaan, dan kehidupan batiniah kita? Renungan seperti ini dapat menjadi langkah yang efektif untuk membimbing kita melewati tahun yang akan datang.

17

Tentang Pernikahan

Saya selalu merasa bahagia setiap kali merayakan sebuah pernikahan. Sungguh indah dan mengesankan saat kita bisa merayakan peristiwa yang penuh cinta seperti ini. Dalam Islam, kita tidak melaksanakan sebuah pernikahan, tetapi *menyaksikan* suatu pernikahan. Esensi sebuah pernikahan terletak pada sikap saling mencintai yang telah disematkan Tuhan dalam hati dua orang yang berbeda. Tuhanlah yang membuat pernikahan, bukan kita.

Ada aspek lahiriah dan batiniah dalam pernikahan. Secara lahiriah, pengantin lelaki dan perempuan menandatangani sebuah kontrak pernikahan, memasangkan cincin kawin, dan mendaftarkan pernikahan itu agar menjadi pasangan yang sah secara hukum agama dan negara. Namun, prosedur lahiriah itu tidak mengandung makna apa-apa jika kita mengabaikan prosedur dan makna batiniah pernikahan. Dari sisi batiniah, suatu pernikahan sesungguhnya merupakan berkah Allah yang dilimpahkan kepada pasangan yang saling mencintai. Tentu saja rahmat Allah ada dalam segala hal, tetapi kita sering kali melupakannya. Sewaktu kita merayakan sebuah pernikahan, sungguh penting untuk mengingat bahwa Allah-lah yang membuka hati kita dan membuat kita mampu saling mencintai. Pernikahan merupakan berkah Ilahiah.

Saya percaya, Allah menciptakan pernikahan agar kita membuka hati. Sebagai darwis, kita percaya, cinta adalah bagian paling penting dari semua laku ibadah kita.

Anak-anak mencintai secara alamiah. Mereka merupakan manifestasi cahaya Tuhan. Sayang, cahaya ini terus berkurang dan meredup seiring bertambahnya usia kita. Pernikahan membawa kembali cinta semacam itu. Pernikahan berarti mencintai dan melayani satu sama lain. Mempelai laki-laki dan mempelai perempuan satu sama lain merupakan berkah Tuhan.

Syekh Tugrul sering mengatakan kepada pasangan pengantin baru, "Selama ini, sebelum menikah, kalian berjalan dengan dua kaki. Sekarang, setelah menikah, kalian harus berjalan dengan empat kaki. Kalian bukan lagi dua individu yang terpisah. Kalian adalah mitra dalam satu bentuk hubungan seumur hidup. Berhatilah-hatilah agar tidak menyakiti perasaan pasangan kalian. Seiring perjalanan waktu, tubuh akan sembuh dari suatu luka, tetapi hati yang terluka dan tersakiti tidak akan pernah sembuh."

Sungguh amat penting untuk tetap saling menghormati meskipun kadang-kadang ada perselisihan dan perbedaan pandangan. Dalam hubungan pernikahan, pertengkaran tidak bisa dielakkan. Safer Efendi pernah berkata, "Sebuah rumah tanpa pertengkaran yang kadang-kadang terjadi bagaikan pesta pernikahan tanpa musik."

Membuka hati menjadi langkah penting untuk mengubah dan menjalani kehidupan. Jika hati kita tertutup, segalanya menjadi kehilangan makna. Kita dapat memiliki limpahan harta dan ketenaran di dunia, tetapi jika hati kita tertutup, kita tidak bisa menikmatinya. Kita bisa saja memiliki pekerjaan yang hebat, berbagai gelar yang sangat mengesankan, dan rumah yang sangat mewah. Namun, jika kita tidak bisa mencintai maka sesungguhnya kita tidak memiliki apa-apa.

Muzaffer Efendi memiliki sebuah toko buku yang terletak di sebelah masjid agung Beyazid di Istanbul. Ia suka menuturkan sebuah cerita tentang pembukaan masjid itu. Dikisahkan bahwa Sultan meminta seorang syekh sufi terkenal untuk menyampaikan khutbah pertama saat pelaksanaan shalat Jumat di masjid itu. Sultan datang dengan seluruh punggawanya dan banyak orang yang datang hari itu. Masjid penuh sesak sehingga banyak orang yang terpaksa shalat di luar. Ketika tiba saatnya untuk menyampaikan khutbah, sang mursyid pun bangkit. Seorang penjual air yang miskin dan sederhana mencengkeram lengan baju sang mursyid dan bertanya, "Wahai Syekh, bisakah kau membantuku? Aku kehilangan keledaiku. Aku adalah penjual air dan aku mencari nafkah dengan membawakan air untuk orang-orang yang tinggal jauh dari sumur. Aku membutuhkan keledaiku untuk membawa air. Keledai itu adalah hidupku. Hampir semua orang di Istanbul ada di sini. Bisakah kautanyakan apa ada orang yang melihat keledaiku?"

Sang mursyid tersenyum dan membalas, "Baiklah, anakku." Kemudian sang mursyid memulai khutbahnya dengan tema cinta. Dia bertanya kepada jamaah Jumat, "Apakah ada dia antara kalian yang belum pernah mengalami cinta, belum pernah mencintai seseorang atau sesuatu?"

Tidak seorang pun yang menjawab. Tidak seorang pun yang mau mengakui bahwa mereka mungkin tidak mengenal cinta. Sang mursyid meneruskan, "Jangan merasa malu. Jujurlah. Kita bersama-sama ada di rumah Allah. Bersikaplah jujur di sini. Apakah ada di antara kalian yang tidak tahu apa itu cinta? Berdirilah jika itu benar."

Akhirnya, seorang pria punya cukup nyali untuk berdiri. Sang mursyid bertanya, "Apa benar kau tidak pernah mengenal cinta?"

Lelaki itu menjawab, "Ya, benar. Aku tidak pernah jatuh cinta. Hatiku selalu tertutup."

Setelah lelaki itu, dua jamaah lain ikut berdiri. Mereka juga mengakui bahwa mereka tidak pernah mengenal cinta.

Sang mursyid memandang ke arah si penjual air dan berkata, "Kau kehilangan seekor keledai. Aku sudah menemukan tiga ekor untukmu."

Setelah menceritakan kisah ini, guru saya berkomentar, "Sebenarnya, seorang manusia yang tidak mengenal cinta itu lebih rendah dari seekor keledai. Seekor keledai setidaknya mencintai rumput yang segar. Kedudukan seorang manusia yang mencintai lebih tinggi daripada para malaikat, tetapi kedudukan manusia yang tidak bisa mencintai menjadi lebih rendah dari binatang."

Itulah betapa pentingnya cinta. Cinta membuat kita menjadi manusia. Seseorang yang tidak bisa mencintai mungkin terlihat sebagai manusia. Mereka memiliki bentuk layaknya manusia, tetapi, sebenarnya, mereka bukanlah manusia yang sesungguhnya. Mereka baru layak disebut manusia jika bisa mencintai. Berapa banyak di antara kita yang punya bentuk seperti manusia tetapi sesungguhnya diri kita hanyaah "keledai" yang berpura-pura menjadi manusia?

Bagi Anda yang belum menikah, saya sarankan, peliharalah binatang peliharaan. Semua orang harus punya seseorang atau sesuatu untuk dicintai. Bertahun-tahun yang lampau, Syekh Safer Efendi bicara tentang pentingnya cinta dan ia mengatakan kepada para darwis agar memelihara binatang peliharaan jika mereka tidak punya keluarga. Seorang darwis Amerika yang tinggal di Istanbul pulang ke rumahnya malam itu dan menemukan seekor kucing jalanan yang bergelung di pintu apartemennya. Ia ambil kucing itu sebagai peliharaannya dan hewan itu menjadi teman baiknya selama bertahun-tahun.

Jadi, cinta merupakan sisi batiniah dan akad nikah adalah sisi lahiriahnya. Selain saling mencintai, pasangan suami-istri juga mesti saling melayani, dan selalu menunjukkan rasa cinta kepada orang yang dikasihi. Tuan guru saya sering mengajarkan

bahwa jika kita mencintai, kita harus mengamalkannya, mewujudkan cinta itu. Kita harus mengungkapkan cinta itu. Kita mestinya lebih sering mengatakan, "Aku mencintaimu."

Cinta juga diungkapkan melalui pelayanan dan upaya untuk selalu memberikan manfaat kepada orang yang kita kasihi. Salah satu ciri cinta adalah kita lebih suka melayani yang kita kasihi ketimbang dilayani. Menjadi pertanda baik jika kita mendapatkan lebih banyak kenikmatan dari membawakan segelas teh untuk pasangan kita daripada menerima segelas teh darinya. Saya berdoa kita semua mendapatkan lebih banyak kenikmatan dari memberikan sesuatu kepada pasangan ketimbang mendapatkan sesuatu darinya. Idealnya, kita bisa melihat dengan mata hati kita dan mengetahui apa yang dibutuhkan pasangan kita sehingga mereka tidak perlu meminta. Mursyid saya sering mengatakan bahwa jika seseorang meminta bantuan kepada kita maka sesungguhnya kita sudah gagal. Sebab, semestinya kita lebih peka dan memperhatikan apa yang dibutuhkan orang lain sehingga kita bisa memberikannya sebelum mereka meminta bantuan dan mengungkapkan kebutuhannya. Itulah sikap seorang darwis sejati, orang yang selalu mementingkan pelayanan.

Cinta membuat kita menjadi manusia. Seseorang yang tidak bisa mencintai mungkin terlihat sebagai manusia. Mereka memiliki bentuk layaknya manusia, tetapi, sebenarnya, mereka bukanlah manusia yang sesungguhnya. Mereka baru layak disebut manusia jika bisa mencintai.

Selama ini kita tidak benar-benar menjalani pernikahan. Kita melayani karena kita ingin mendapatkan balasan. Kita melayani karena pelayanan itu memberikan kenikmatan untuk melakukan sesuatu pada pasangan kita. Misalnya seorang suami berkata, "Aku tahu kau suka nonton film. Malam ini kita ke bioskop yuk." Sang

istri berujar, "Aku tahu kau lebih suka di rumah dan ada acara TV malam ini yang ingin kautonton, jadi lebih baik kita di rumah saja dan tonton acara itu." Kemudian keduanya berdebat tentang apa yang harus dilakukan. Salah satunya berkata, "Ayo lakukan ini karena kau menginginkannya," dan yang satunya lagi bilang, "Tidak, mari lakukan *itu* karena *kau* menginginkannya." Itulah perdebatan yang sempurna!

Itu bukanlah sikap yang ideal untuk diterapkan dalam pernikahan. Semestinya kita melayani didorong oleh cinta, rasa kasih, dan perhatian kepada pasangan. Kita melayani karena memang kita ingin melayani, bukan karena mengharapkan balasan atau agar kita terlihat sebagai pasangan yang baik dan penuh perhatian. Semestinya kita melayani karena secara tulus kita ingin melayani orang yang kita sayangi.

Kehidupan pernikahan menyuguhkan tantangan dan perjuangan yang harus kita hadapi. Pernikahan merupakan sebentuk ikatan kemitraan ruhani jangka panjang, sebuah kemitraan dalam perjalanan yang akan membawa kita kembali kepada Tuhan. Idealnya, kita dapat saling menyokong dalam hal beramal, berdoa, menjadi muslim, dan menjadi manusia yang selalu bersikap baik dan penuh kasih. Masing-masing pasangan saling mendukung melakukan segala kebaikan dalam hubungan pernikahan.

Kita semua kadang-kadang jatuh tertidur. Nafsu atau ego dalam diri kita berusaha meyakinkan kita untuk sesekali bersikap egois. Idealnya, pasangan kita terjaga ketika kita tertidur. Semestinya masing-masing pasangan saling mengingatkan, misalnya dengan mengatakan, "Sepertinya, itu bukan sikap atau gagasan yang baik." Jika kita mendengarkan dan merenungkan tegurannya, kita mungkin segera terjaga. Kita semua mudah jatuh tidur dan hilang kewaspadaan. Dalam sebuah hadis yang terkenal, Nabi Muhammad saw. bersabda, "Wahai umat manusia, akankah kalian

terjaga sebelum kalian mati?" Nafsu kita bagaikan ahli hipnotis yang membuat kita jatuh tidur tak sadarkan. Ini berlaku bagi kita semua.

Semua orang dalam keadaan bahaya jika mengalah pada keadaan tak sadarkan diri akibat hipnotis nafsu. Ini terjadi pada kita semua dan berlangsung dengan sangat cepat. Misalkan kita sedang mengemudi mobil di suatu hari yang cerah, dalam suasana hati yang baik, kemudian seseorang menyalip dan memotong laju mobil kita di jalan tol. Pada momen itu, nafsu segera muncul mengambil alih. Kita tidak berkata kepada pengemudi itu, "Semoga kau dirahmati Tuhan. Sepertinya kau sedang terburu-buru. Aku berharap kau selamat dan tepat waktu tiba di tujuan." Itu bukanlah ungkapan biasanya diucapkan pada saat-saat seperti itu.

Kita harus mengakui bahwa nafsu dan kesombongan kita sangatlah kuat. Ketika kita menghadapi tantangan dan kesulitan, pasangan kita dapat mengingatkan agar kita berusaha menjadi manusia yang lebih baik. Idealnya, kita mendengarkan saran pasangan kita itu. Pasangan kita adalah mitra dalam peperangan melawan nafsu.

Mencintai seseorang dan hidup bersamanya selama bertahun-tahun merupakan kesempatan besar untuk tumbuh dan mengembara bersama. Kita semua adalah pengembara di jalan Kebenaran. Di masa silam mengembara dan berkelana jauh lebih berbahaya daripada di zaman sekarang. Mengembara di gurun pasir, tempat muncul dan berkembangnya Islam, menyuguhkan banyak kesulitan, bahaya, dan tantangan. Ada banyak penjahat dan binatang buas sehingga di tengah perjalanan seperti itu kita butuh teman seperjalanan yang tepat dan membantu kita mencapai tujuan dengan selamat.

Selama menjalani kehidupan pernikahan, sangat penting untuk menjaga cinta dan sikap saling mendukung. Sama seperti berkelana di padang pasir, kita harus saling melayani dan saling menyelamatkan dari pelbagai bahaya yang mengancam keselamatan

kita. Tantang dan ancaman yang ada di sekitar kita dewasa ini tidaklah sedramatis badai pasir, para penjahat, atau ancaman kehabisan air, tetapi bahaya-bahaya itu nyata dan kita hadapi. Ada ancaman emosional dan juga ancaman spiritual. Kita hidup di tengah budaya yang terpusat pada materialisme dan jarang mengakui nilai-nilai kemanusiaan yang sebenarnya. Kita harus mendukung satu sama lain. Rumah kita semestinya menjadi tempat bagi cahaya dan dua hati yang diisi dengan cahaya jauh lebih baik daripada satu hati.

Sepasang suami-istri semestinya saling mengingatkan akan kebenaran dan mengajarkan dengan memberikan teladan satu sama lain. Teladan jauh lebih berhasil daripada kata-kata. Setelah seratus tahun kemunculan psikoterapi, kita akhirnya sadar, kata-kata itu sendiri tidaklah begitu penting. Sebab, seperti kita ketahui, kata-kata sangat mungkin kehilangan makna dan pengaruh.

Tentu saja kata-kata yang ikhlas dan bersumber dari hati akan *benar-benar* memiliki makna dan pengaruh yang besar. Kita seharusnya saling bicara dengan kata-kata yang penuh cinta dan kemudian bertindak dengan cinta yang sesuai dengan kata-kata itu.

Kita semua dapat mewujudkan cinta. Kita harus mewujudkan kecintaan kita kepada keluarga, kepada makhluk, dan cinta kita kepada Sang Pencipta. Cintailah sebanyak yang kita bisa. Ini benar-benar penting. Jika kita sadar, awas, dan peka, kita akan selalu menemukan orang yang membutuhkan cinta dan dukungan kita. Jika mata hati kita terbuka, kita akan melihat cahaya Tuhan dalam diri semua orang. Melihat cahaya dan keindahan itu dalam diri masing-masing merupakan bagian yang penting dari pernikahan.

Idealnya, jika pasangan kita terperangkap dunia, kita bisa mengingatkannya bahwa apa yang dipedulikannya tidaklah begitu penting. Dalam sebuah pernikahan spiritual, kita bisa saling mengingatkan untuk menjadi manusia, untuk menjadi pengembara yang berkelana bersama-sama di jalan Kebenaran.

Kadang-kadang saya berpikir bahwa tujuan utama pernikahan adalah untuk mencairkan hati. Seiring perjalanan usia, hati kita beranjak membeku, dan pernikahan dirancang Tuhan untuk melembutkan, mencairkan, dan membuka hati kita. Dunia menyuguhkan tantangan tanpa henti dan menghadapi semua tantangan itu akan jauh lebih mudah jika kita memiliki pasangan. Sebelum menikah, saya bermimpi sedang mencungkili es di ruang pendingin sebuah kulkas tua. Lemari pendingin itu tidak memiliki *defrost* otomatis, jadi *freezer*-nya selalu dipenuhi es. Tosun Efendi memberi tahu saya bahwa mimpi itu berarti pernikahan saya akan mencairkan hati saya dan, syukurlah, ujaranya itu benar.

Saat kita belajar saling mencintai, kita tengah berusaha mengamalkan dan mewujudkan cinta. Tuhan memberi kita kekuatan untuk saling mencintai satu sama lain. Tuhan menyematkan keindahan pada ciptaan-Nya sehingga kita dapat belajar mencintai dan dapat melihat keindahan itu dalam diri pasangan hidup kita. Cinta yang kita ketahui saat kita saling mencintai memberi kita kemampuan untuk mencintai Tuhan. Bagaimana kita bisa mencintai apa yang melampaui pemahaman dan akal jika kita tidak dapat mencintai apa yang kita *dapat* pahami? Bagaimana bisa kita mencintai Yang Maha Esa yang melampaui semua persepsi kecuali kita dapat mencintai apa yang kita lihat di depan kita? Muzaffer Efendi pernah berkata, "Jika kalian tidak pernah mencintai seseorang, kalian tidak akan pernah bisa mencintai Tuhan."

Seperti pernah ditulis seorang penyair sufi yang agung, "Tuhan adalah sang Kekasih". Bagi seorang darwis, cinta merupakan salah satu sifat-Tuhan paling penting. Kita ada di sini untuk saling mencintai dan memperlakukan pasangan kita sebagai kekasih. Barulah setelah itu kita dapat mulai memahami hubungan kita dengan Sang Maha Kekasih.

18

Kemiskinan Spiritual

Orang yang menempuh jalan spiritual atau jalan tasawuf juga dikenal sebagai seorang fakir. Kata "fakir" berasal dari bahasa Arab yang berarti "miskin" atau "membutuhkan". Dalam tasawuf, banyak orang yang nyaris tidak memiliki harta benda. Darwis yang kaya raya sekalipun sesungguhnya tidak memiliki apa-apa karena semestinya mereka tidak terikat pada kekayaan.

Banyak tingkatan dan macam-macam kemiskinan. Ada kemiskinan material, yaitu orang tidak memiliki apa pun dan yang mungkin terpaksa mengemis agar bisa bertahan hidup. Mereka yang miskin seperti ini sering bergantung pada belas kasihan orang lain dan masyarakat. Mereka sering dianggap menjadi beban masyarakat dan diperlakukan sebagai warga negara kelas dua.

Seorang mursyid tua pernah berkomentar, "Kemiskinan yang sesungguhnya adalah takut akan kemiskinan." Sebagai darwis kita seharusnya belajar untuk tidak takut pada apa pun di dunia ini kecuali ketidaksenangan Tuhan. Secara khusus kita tidak boleh takut miskin karena jika kita takut miskin, kita menjadi boneka dunia. Namun, memang sangatlah sulit untuk tidak takut pada kemiskinan. Sungguh mudah untuk mengatakan, "Jangan takut

pada kemiskinan," tetapi menerapkan kata-kata itu tidaklah semudah mengucapkannya.

Seorang mahasiswi saya menderita ketakutan macam ini. Demi disertasi doktoralnya, ia mewawancarai sejumlah perempuan yang juga takut miskin. Disertasinya menguji arketipe "*bag lady*", perempuan yang tinggal di jalanan dan membawa semua harta bendanya di banyak tas atau troli belanja. Ketakutan terdalam mahasiswi saya adalah ia jatuh miskin dan berakhir seperti gelandangan yang hidup di jalan. Bagi kebanyakan kita, ketakutan seperti ini sangat tidak realistis. Kita punya banyak teman dan keluarga, dan kita juga punya akses terhadap semua jenis layanan sosial. Namun, rasa takut itu ada, dan sebagian orang menderita akibat rasa takut ini.

Bertahun-tahun yang lampau, ketika masih mahasiswa, saya juga punya ketakutan serupa. Saya takut jika saya tidak mendapat nilai yang baik dalam mata kuliah yang saya ambil sehingga saya tidak lulus atau tidak akan mendapatkan pekerjaan yang baik, lalu kehidupan saya berakhir sebagai gelandangan. Akibat rasa takut itu saya mengalami kecemasan luar biasa sepanjang tahun-tahun perkuliahan saya.

Butuh keberanian untuk mengatakan, "Apa pun yang Engkau kehendaki, wahai Tuhanku, aku berserah diri. Apa pun yang aku miliki akan datang dan pergi. Hidupku sepenuhnya ada dalam genggaman-Mu." Itulah makna sejati "Islam"—penyerahan diri sepenuhnya. Kita banyak bicara tentang keyakinan kepada Allah tetapi sungguh sangat sulit mewujudkan dan membuktikan keyakinan itu.

Muzaffer Efendi pernah berkata, "Jangan terlalu terikat dengan harta bendamu. Ketika engkau mati, keluargamu akan membagi hartamu itu dan mungkin akan menjual sebagian besar milikmu. Mereka hanya akan menyimpan sedikit sebagai cenderamata untuk mengenangmu. Sisanya akan dijual atau disumbangkan."

Sesungguhnya kita adalah pemelihara harta benda untuk periode waktu yang terbatas. Harta benda kita sebenarnya bukan milik kita. Kenyataannya, kita tidak "memiliki" apa-apa. Semua yang dianggap miliki kita sesungguhnya merupakan amanat yang dititipkan Tuhan kepada kita. Kita harus merawat apa pun yang kita miliki dengan penuh tanggung jawab. Kita bagaikan pengasuh yang merawat anak orang lain. Seorang perawat menyadari bahwa anak-anak yang dikasihinya bukanlah anak-anaknya dan kelak, pada akhirnya, mereka akan meninggalkan dirinya. Dia akan meninggalkan rumah yang sekian lama ditinggalinya saat merawat anak-anak itu dan kembali ke rumahnya sendiri. Kamar tidur yang dihuninya bukanlah kamarnya dan keluarga yang diikutinya bukanlah keluarganya.

Salah seorang darwis senior menceritakan kisah berikut. Ia membeli sebuah kamus Bahasa Inggris-Bahasa Ottoman terbitkan tahun 1920-an. Sampulnya sudah hilang. Jadi, ia meminta si penjual buku untuk membuatkan sampul yang baru. Pinggir halaman-halaman kamus itu juga sudah koyak-koyak sehingga ia juga meminta si penjual buku untuk memotong dan merapikan pinggiran kamus itu. Si penjual buku berkata, "Maaf, tetapi aku tidak bisa melakukannya. Kamus itu bukan milik saya. Uang yang Anda berikan kepada saya sebagai harga kamus itu menjadikan Anda sebagai pemilik sah kamus ini. Setelah Anda, orang lain akan menggunakan kamus itu. Jika semua orang memotong halaman-halamannya, tidak akan ada yang tersisa dari kamus ini." Ingatlah, kita hidup di dunia ini sama sekali tidak memiliki apa-apa. Kita tidak tinggal di kamar atau rumah milik "kita". Pada akhirnya kita akan meninggalkan itu semua dan kembali ke haribaan Tuhan. Semua yang ada di sekitar kita hanyalah sementara. Bahkan anak-anak kita pun bukan milik kita. Seperti si perawat, kita memiliki tugas semata-mata untuk mencintai dan merawat mereka. Namun, kita tidak "memiliki" mereka dan mereka pun pada akhirnya akan

tumbuh besar dan meninggalkan rumah. Sikap posesif kepada anak-anak justru akan memunculkan pengaruh yang tidak baik pada diri kita maupun mereka. Tidak ada seorang pun manusia memiliki dan menguasai manusia lain. Sebagai orang tua kita harus ingat bahwa perbudakan sudah dihapuskan. Kita juga harus mengingatkan diri sendiri agar tidak terlalu terikat pada segala hal yang ada di sekeliling kita. Sikap dan rasa memiliki seperti itu membuat kita berat dan takut melepaskan apa pun sehingga kita sakit ketika kehilangan atau ditinggalkan sesuatu.

Jika kita beruntung memiliki umur yang cukup panjang, secara fisik kita akan menjadi semakin bertambah miskin dan semakin menyerupai seorang fakir. Sedikit demi sedikit bagian-bagian hidup kita berkurang dan menghilang. Kita membesarkan keluarga di sebuah rumah yang bagus dan akhirnya anak-anak pergi sehingga rumah itu menjadi terlalu besar sampai akhirnya kita mencari ke tempat yang lebih kecil. Kita kehilangan kemampuan-kemampuan fisikal dan tidak bisa lagi melakukan kegiatan olahraga yang kita sukai. Energi fisikal kita berangsur-angsur pergi, begitu juga ingatan dan daya nalar. Kita menjadi semakin miskin dalam banyak hal.

Kita semestinya berhenti mengumpulkan lebih banyak harta benda. Semakin kita menua, seharusnya kita semakin memberikan perhatian kepada Tuhan dan mengurangi perhatian pada dunia. Ada sebuah pepatah sufi yang mengatakan, "Seorang darwis adalah orang yang tinggal di dunia, tetapi tidak memiliki dunia."

Orang yang fakir adalah orang yang puas dan lepas dari hasrat memiliki dunia. Kristus pernah berujar, "Berbahagialah orang yang miskin di hadapan Allah, karena merekalah yang empunya Kerajaan Sorga (Matius [5]: 3, Injil King James)." Nabi Muhammad saw., bersabda, "Aku bangga dengan kemiskinanku." Rasulullah itu miskin dari cinta kepada dunia, tetapi kaya akan cintanya kepada Tuhan.

Seorang mursyid berkata, "Kemiskinan sejati adalah miskin bersama Tuhan." Artinya, orang yang fakir merasa puas dengan apa pun yang diberikan Tuhan dan menerimanya dengan gembira. Jadi, ia sama sekali tidak terbebani oleh apa pun yang dimiliki atau tidak dimilikinya.

Sebagian darwis berhasil menjalani hidup dengan kepuasan sejati tanpa hasrat untuk memiliki dunia. Sebuah kisah sufi menuturkan, ada seorang pria yang bekerja dengan tangannya untuk mencari nafkah. Setiap hari ia mendapatkan penghasilan berupa sekeping koin perak. Ia berpuasa setiap hari dan saat mendapatkan upahnya di ujung hari, ia sedekahkan semuanya. Usai mengerjakan shalat Maghrib, ia mengemis untuk mendapatkan makanan agar bisa makan. Ia menjalani rutinitas seperti itu selama dua puluh tahun.

Itulah kemiskinan yang ideal. Lelaki itu bukanlah seorang pengemis dalam pengertian umum. Ia bekerja dan mendapatkan uang setiap hari, tetapi ia menyedekahkan segala hasil yang ia dapatkan dari pekerjaannya.

Muzaffer Efendi menuturkan sebuah kisah tentang seorang lelaki muda yang tinggal di Makkah bertahun-tahun yang lampau. Ia mengenakan kain usang dan tidak memiliki apa-apa. Seorang lelaki kaya menawarinya satu tas penuh uang dan ia langsung menolaknya dengan mengatakan, "Apa yang kaulakukan? Aku tidak butuh uang. Aku tidak menginginkannya." Lelaki kaya itu menukas, "Kalau begitu, sedekahkan saja," dan lelaki muda itu pun setuju. Seorang mursyid yang menyaksikan hal ini melihat si lelaki muda itu mengemis di sore harinya. Mursyid itu terkejut. Ia datangi lelaki muda itu dan bertanya, "Anakku, bukankah akan lebih baik jika kausimpan sebagian uang di tas itu sehingga kau tidak perlu mengemis?" Lelaki muda itu menjawab, "Aku tidak tahu apakah aku akan masih hidup hingga sore ini. Karenanya, aku tidak mau menyimpan apa-apa."

Mengingat mati merupakan salah satu cara paling efektif untuk mengurangi ketergantungan dan keterikatan kita kepada dunia.

Dalam kisah lain disebutkan, seorang lelaki muda berdoa sepanjang hari di depan Ka'bah, bangunan paling suci dalam Islam dan menjadi arah kiblat semua muslim saat melaksanakan shalat. Biasanya ia berdoa di dekat seorang mursyid dan para darwisnya. Seiring berlalunya waktu, sang mursyid terbiasa dengan keberadaan lelaki muda itu dan merasa sangat akrab dengannya. Suatu hari mursyid itu membawa satu tas penuh uang dan memberikannya kepada lelaki muda itu sambil berkata, "Ini uang halal. Ini hasil menjual buah-buahan di kebunku."

Lelaki muda itu mengembalikan tas uang itu kepada sang mursyid dan berkata, "Kau tidak memahami apa pun. Aku menyedekahkan 70.000 koin perak agar aku bisa berada di sini bersama Tuhan tanpa gangguan, dan kau hendak menghancurkannya dengan uang ini?"

Bertahun-tahun kemudian mursyid itu berkomentar, "Aku belum pernah merasa malu pada diriku sebelum saat itu dan aku tidak pernah mengagumi orang lain sebesar kekagumanku pada anak muda itu."

Islam mengajarkan kita untuk mencintai dan melayani kaum miskin dan tidak menghindari atau mengabaikan mereka. Sayangnya kita hidup di tengah masyarakat yang mengenal perbedaan tingkatan sosial. Orang-orang miskin didesak ke perkampungan-perkampungan kumuh sehingga kita tidak bisa melihat dan menyadari keberadaan mereka.

Pada suatu sore di hari Minggu beberapa tahun silam, salah seorang anak saya terjatuh dari pohon dan kepalanya terluka. Kami buru-buru membawanya ke IGD di rumah sakit daerah. Sebagian besar yang datang berobat di rumah sakit itu berasal dari kalangan yang amat miskin. Beberapa orang terluka, sebagian lainnya sakit. Banyak yang mengenakan pakaian compang-camping karena setiap

hari melakukan kerja kasar. Jelaslah mereka berasal dari tingkatan ekonomi yang paling bawah. Saya tidak pernah melihat dan menjumpai orang-orang seperti itu saat berbelanja di pusat kota. Sepertinya kami hidup di dunia yang berbeda dan saya menyadari betapa terpisahnya kami dari orang-orang miskin itu. Kita bahkan tidak memperhatikan orang-orang miskin yang selama bertahun-tahun tidak mendapatkan gizi yang baik dan berjuang agar bisa terus hidup.

Melayani orang miskin sangatlah penting. Jika Tuhan memberkahi kita dengan harta yang melimpah, kita punya kewajiban untuk membaginya. Nabi Muhammad saw. mencintai orang-orang miskin. Beliau berbagi makanan dengan mereka. Beliau datang berkunjung dan makan bersama mereka. Beliau sering makan minyak zaitun yang tengik dan makanan yang sudah basi karena hanya itulah yang mereka miliki.

Kita harus mengatasi rasa takut kita akan kemiskinan. Kita harus bersikap berani dan berkata pada diri sendiri, "Harta benda akan datang dan pergi. Aku akan terus bekerja dan menabung sebanyak yang aku bisa, tetapi akan tiba saatnya ketika aku mungkin tidak memiliki apa-apa. Sedikit pun aku tidak memiliki kuasa. Apa pun yang dikehendaki Tuhan, semuanya berada di luar kekuasaanku."

Hanya sedikit yang kita butuhkan dari dunia ini. Seorang sufi besar, Ibn Arabi pernah menulis, "Semua yang kita butuhkan dari dunia hanyalah sesuatu yang halal untuk memenuhi rasa lapar, sesuatu untuk menutupi tubuh, dan atap untuk berteduh. Jadikanlah ini satu-satunya hal yang engkau minta dari dunia, tidak lebih."[47] Kita sering bingung dan dicemaskan oleh *keinginan* dan *kebutuhan*. Kita dikelilingi harta benda yang sebenarnya tidak kita butuhkan,

---

[47]M. Ibn Arabi, *Divine Governance of the Human Kingdom: IncludingWhat the Seeker Needs and the One Alone*, diterjemahkan oleh T. Bayrak (Louisville,KY: Fons Vitae, 1997), 224.

tetapi nafsu terus membujuk dan menghipnotis kita agar percaya bahwa kita harus memiliki barang-barang itu. Pikirkanlah semua pakaian yang kita sudah kumpulkan. Seberapa banyak baju yang dapat kita pakai sesekali? Seberapa banyak celana yang kita miliki? Seberapa banyak baju hangat yang kita punya? Sesungguhnya kita hanya membutuhkan beberapa stel pakaian, tetapi kebanyakan kita punya pakaian yang berlebih.

Ada dua orang wali yang meninggal di saat yang bersamaan. Salah seorang di antara mereka dimasukkan ke surga terlebih dahulu meskipun wali yang satunya lagi lebih banyak berdoa dan tafakur. Ketika wali yang kedua ini bertanya mengapa ia tidak masuk surga lebih dulu, ia mendapatkan jawaban, "Wali itu hanya punya satu helai pakaian, sedangkan kau punya dua."

Sebagian orang memahami kemiskinan dalam pengertian yang mendalam, yakni ketidakterikatan pada benda-benda material. Mereka menjalani hidup yang penuh dengan keridaan dan kepuasan. Seorang wali sufi besar, Ibrahim ibn Adham, tumbuh besar sebagai seorang pangeran di kerajaan Belkh, tetapi setelah menjadi darwis, ia meninggalkan semua kekuasaan dan kekayaan itu sehingga yang ia miliki hanyalah jubah tua penuh tambalan yang dikenakannya. Seorang pengemis bertanya kepadanya, "Bagaimana kondisimu bisa sangat menyedihkan seperti ini?"

"Aku membayarnya dengan seluruh kerajaan untuk mencapai kondisi ini dan itu adalah harga yang murah."

Wali lainnya mengenakan kain kasar, berbahan goni yang biasa dipakai untuk wadah barang-barang. Seseorang bertanya mengapa ia berpakaian sehina itu. Ia menjawab, "Aku membayarnya dengan dunia untuk pakaian ini. Aku ditawari surga untuk mengenakannya dan tentu saja aku tidak akan menolaknya."

Kita bisa berusaha mencintai kefakiran, kesederhanaan, dan ketakterikatan pada dunia. Menjadi darwis artinya menjadi sederhana dan tidak terikat pada dunia. Seoang darwis selalu

menginginkan Tuhan. Ia menolak membiarkan hasratnya pada dunia mengganggu hasratnya kepada Tuhan. Hasrat seorang darwis akan Tuhan menjadi motivasi dirinya dalam melakukan apa pun. Dunia bisa datang dan pergi; kerinduan kita kepada Tuhanlah yang terus menopang kehidupan kita hingga akhir zaman.

Kita harus berupaya mewujudkannya. Kita harus memutuskan segala macam keterikatan kita pada dunia. Kita tidak bisa mengklaim bahwa kita tidak terikat pada dunia. Namun, kita selayaknya terus berjuang dan menjadikan ketidakterikatan pada dunia sebagai tujuan yang kita cita-citakan.

Kita semua tumbuh sebagai manusia yang terikat pada dunia. Sungguh penting untuk bersikap jujur, untuk mengakui bahwa kita menyukai berbagai hal-hal yang bagus dan bahwa begitu banyak hal yang ingin kita miliki. Kemudian, renungkanlah semua hasrat kita itu. Bukankah hasrat material itulah yang menjadi alasan kita bekerja? Apa yang memotivasi kita untuk menghabiskan waktu seperti yang sering kita lakukan? Apa yang kita cari di dunia ini? Apakah kita mencari sesuatu dari dunia ini ataukah mencari Tuhan?

Kita harus mencermati bagaimana sikap kita terhadap kemiskinan. Apakah kita memahami konsep kefakiran? Dapatkah kita mulai merasakan kenikmatan dan keindahan yang melekat padanya? Keterikatan kita pada dunia tidak akan sirna seluruhnya, tetapi kita bisa menjadi lebih menyadarinya. Safer Efendi mengatakan, "Nafsu itu akan tetap menyertai kita sampai kita meninggal. Seekor serigala yang sudah tua tidak lagi punya taring atau cakar yang tajam. Serigala itu tidak memiliki kekuatan, tetapi ketika seekor domba lewat di depannya, napas serigala itu mulai terengah-engah." Merupakan kesalahan serius bila kita mengatakan, "Aku adalah seorang darwis. Jadi, tentu saja aku tidak terikat pada dunia ini."

Kita tidak dilahirkan sebagai darwis. Kita menjadi darwis karena menghendaki pertumbuhan spiritual, karena kita sadar bahwa

kita butuh bantuan dan pertolongan. Kita tidak memlai langkah langsung di level atas; tidak seorang pun memulai pembelajaran seperti itu. Kita semua harus berusaha mengapresiasi nilai-nilai kemiskinan. Kita pun dapat mulai bertanya pada diri sendiri, "Apa yang sesungguhnya kuinginkan? Apa yang benar-benar kucari?"

Saya tidak menyarankan untuk menyingkirkan jauh-jauh keterikatan kita atau meninggalkan dunia lalu bergabung dengan sebuah biara. Ketimbang memaksakan diri sendiri untuk berubah, kita harus mengamati diri kita dan mengetahui apa yang benar-benar kita inginkan, apa yang benar-benar kita pedulikan. Kita dapat belajar memahami harta benda dan bagian diri kita yang menginginkannya. Kita juga bisa merenungkan mengapa harta benda tidak akan pernah memuaskan diri kita.

Mengkaji dan mengevaluasi diri sendiri itu langkah yang sulit. Saat melihat keterikatan kita pada dunia, misalnya, kita cenderung memberikan dua tanggapan. Tanggapan pertama adalah menjadi kritis pada diri sendiri: "Oh, betapa besar cintaku pada materi dan dunia. Aku tidak tumbuh sama sekali di jalan Kebenaran ini." Tanggapan kedua, kita melakukan kebalikannya, yakni merasionalisasi: "Tidak apa-apa, karena aku memang membutuhkan benda ini untuk kebutuhan pekerjaanku." Atau, "Masyarakat memaksaku membeli benda-benda ini." Atau, "Barang ini membujuk saya untuk membelinya." Atau, "Keluarga saya menginginkan barang-barang ini."

Alih-alih bersikap menyalahkan atau merasionalisasi, semestinya kita berusaha mengamati diri kita secara jernih. Memang itu merupakan langkah yang sangat berat. Namun, kita harus memulai dan membiasakannya. Kita dapat bertanya pada diri sendiri: "Aku benar-benar menginginkan ini, tetapi dari mana hasrat itu datang? Apa yang akan terjadi apabila aku mendapatkannya? Apa yang akan terjadi bila aku tidak mendapatkannya? Sering kali kita tidak benar-benar mengevaluasi diri sendiri. Jika kita telah

bertekad untuk mengendurkan keterikatan kita pada dunia, kita bisa saling memberi teladan dengan sesama kawan dan saudara dalam perjalanan ini.

Kita harus mengairi dan memelihara benih-benih penghargaan kita pada kefakiran. Akhirnya, kita dapat mulai merasakan kenikmatan orang-orang yang telah mencapai tingkatan qanaah (puas) dalam hidupnya. Kita harus menyadari bahwa keinginan untuk mendapatkan benda-benda secara lebih banyak dan lebih bagus tidak akan berakhir dan tidak ada batasnya.

Jika Tuhan berkehendak, kita akan belajar menjadi puas dengan apa pun yang dianugerahkan Sang Maha Penjaga; kita akan mensyukuri apa pun yang kita terima, dan bersikap murah hati dengan apa pun yang kita miliki. Semoga kita perlahan-lahan menjadi semakin terikat kepada Tuhan, bukan pada dunia.

Sungguh penting untuk melihat seberapa besar kita menghasratkan sesuatu. Acap kali kita memiliki hasrat-hasrat yang kuat, tetapi kita tidak benar-benar menyadarinya. Kita menganggap hasrat kita sebagai sesuatu yang sudah dikaruniakan kepada kita.

Ketika melihat ke dalam diri, semestinya kita tidak mengatakan, "*Aku* menginginkan sesuatu." Alih-alih, katakanlah: "Ada sesuatu dalam diriku yang menginginkan sesuatu." Atau: "Satu hasrat muncul dalam diriku." Mengenali pikiran-pikiran kita bisa menjadi masalah tersendiri karena kita lantas menjadi terperangkap dengan hasrat-hasrat kita. Jika harus berusaha menyadari dan mengenali ketika suatu hasrat muncul dalam diri kita, lalu katakanlah pada diri sendiri: "Dari mana hasrat ini muncul? Hanya karena aku punya suatu hasrat, bukan berarti aku harus memenuhinya."

Saat kita mengatakan, "*Aku* menginginkan hal ini," kita sudah mengidentifikasi keinginan kita. Itu menandakan bahwa semua aspek diri kita menginginkan sesuatu dan bahwa kita *harus* memilikinya. Akan lebih baik jika kita mengatakan bahwa ada satu suara dalam diri kita yang menghendaki hal ini, ada bagian diri kita

yang menginginkannya. Namun, apakah bagian itu adalah bagian yang masuk akal atau tidak? Dapatkah kita melihat darimana suara itu berasal?

Konsep kearifan tua dalam Kristen didasarkan atas gagasan bahwa kita memiliki banyak suara yang berbeda dalam diri kita. Sebagian suara itu membimbing kita lebih dekat kepada Tuhan dan sebagian lainnya membawa kita menjauh dari-Nya. Kearifan berarti kemampuan untuk membedakan suara-suara itu.

Kita dapat mencoba memahami ke mana suara itu akan membawa kita. Apakah suara itu menggerakkan kita *menuju* Tuhan atau justru *menjauh* dari-Nya? Apakah kita mengikuti suri teladan Nabi kita Muhammad saw. ataukah kita melakukan yang bertentangan dengan ajaran dan teladan beliau? Misalnya, sebuah dorongan untuk berbuat baik timbul dalam diri kita. Kemudian, sebuah suara dalam diri kita berujar: "Orang-orang miskin itu tidak layak mendapatkan sedekah. Mereka mungkin saja menyalahgunakan uang yang kuberikan." Suara semacam itu berupaya menjauhkan kita dari melakukan kebaikan. Kapan saja kita berpikir untuk beramal baik, dapat dipastikan kita akan selalu mendengarkan kedua jenis suara itu.

Jika kita menyadari kedua suara dalam diri kita itu, kita mungkin memperhatikan bahwa suatu suara tertentu terdengar seperti ayah atau ibu kita—bahkan mungkin dengan intonasi dan tuturan kalimat yang sama. Suara itu bukanlah suara kita. Ia berasal dari ajaran-ajaran yang kita dengar saat kita masih belia dan kita menginternalisasikannya. Suara lain itu adalah suara anak lima tahun yang ada dalam diri kita. Ia bagian dari diri kita, tetapi tentunya bukan diri kita sama sekali atau bagian paling bijak dan paling dewasa dari diri kita. Suara-suara lainnya jauh lebih berbahaya dan menggiurkan.

Dalam salah satu perjalanan ke Eropa, Muzaffer Efendi mengunjungi sebuah gereja Katolik di Swiss. Pendeta di gereja

itu menunjukkan kepadanya karya-karya seni yang ada di gereja, termasuk sebuah lukisan setan. Dalam lukisan itu setan digambarkan sebagai sesuatu yang jelek, sosok yang mengancam dengan tanduk dan ekor. Si pendeta berkata, "Ini adalah gambar setan." Muzaffer Efendi mengatakan, "Bukan, itu bukan gambar setan!" Si pendeta keberatan dan berujar, "Bagaimana Anda bisa begitu yakin?" Muzaffer Efendi tersenyum dan menjawab, "Jika setan seburuk itu, siapa yang akan mendengarkannya? Tidak. Dia selalu muncul dengan penampilan yang menarik. Ia sering tampak seglamor bintang film."

Kita mempraktikkan kearifan seperti ini terus-terusan selama bulan Ramadan. Kita merasa lapar dan haus, tetapi kita memilih tidak makan dan minum. Sepanjang tahun di luar Ramadan, kita sering secara otomatis bergegas makan atau minum sesuatu tanpa merenungi hasrat-hasrat dalam diri kita. Salah satu dari banyak manfaat Ramadan adalah bahwa kita berhenti dan tafakur ketika kita menyadari hasrat-hasrat itu timbul.

Saat kita mengidentifikasi pikiran atau hasrat yang muncul, kita menjadi terperangkap keduanya. Banyak perselisihan terjadi karena orang-orang mengidentifikasi pendapat-pendapat mereka. Semakin banyak kita mengidentifikasi diri, semakin jengkel kita ketika ada orang lain yang berani mengungkapkan suatu pendapat yang berbeda. Jarang sekali perselisihan itu membahas kelayakan masing-masing pendapat. Setiap orang bersikap mempertahankan gagasan sendiri. Padahal, mereka sebenarnya mempertahankan ego sendiri dan tak seorang pun yang mempertimbangkan dengan serius gagasan atau argumentasi orang lain.

Kita seharusnya selalu bersikap tenang untuk mempertanyakan pemikiran dan hasrat-hasrat kita. Kita semestinya merasa senang jika ada orang lain yang mempertanyakannya. Kita mungkin bisa belajar sesuatu dari pertanyaan orang lain. Biasanya kita begitu yakin bahwa kita benar sehingga kita tidak benar-benar menyimak

dan belajar dari pandangan orang lain. Tanamkanlah komitmen dalam diri kita untuk belajar, bukan untuk menjadi benar.

Salah seorang kolega saya[48] pernah menulis bahwa ada dua macam orang di dunia ini, yaitu orang yang mengetahui (*knowers*) dan orang yang belajar (*learners*). Orang yang mengetahui adalah orang yang berkomitmen untuk menjadi benar. Mereka berusaha mati-matian mempertahankan pendapat mereka sehingga mereka belajar sangat sedikit. Mereka lebih suka semua orang bersepakat dengan pendapat mereka. Akibatnya, mereka tidak belajar apa-apa, tetapi mereka akan menjadi "benar". Orang yang belajar, di sisi lain, tidak bersikap defensif. Mereka menyambut secara terbuka berbagai pandangan dan pemikiran yang berbeda dan juga informasi yang bertentangan karena mereka mengabdikan diri mereka untuk belajar. Sebagai darwis, seharusnya kita menjadi orang yang belajar, bukan orang yang mengetahui.

Keadaannya serupa dengan hasrat-hasrat yang muncul dalam kita. Kadang-kadang kita memiliki hasrat dan tidak ada yang salah dengan hal itu. Suatu hari saya melihat sebuah mobil Bentley. Saya berpikir, "Betapa hebatnya mobil itu." Kemudian saya berpikir, "Alhamdulillah. Terima kasih ya Allah, tidak ada bagian dariku yang menginginkan sebuah mobil seperti itu untuk diriku sendiri." Kita boleh memandangi sebuah mobil yang mewah dan mengapresiasinya tanpa bernafsu untuk memilikinya atau merasa dengki pada orang yang memilikinya. Sama halnya, ketika kita lapar dan haus di bulan Ramadan, kita berkata pada diri sendiri, "Aku tidak akan makan dan minum sampai matahari terbenam," bukannya terperangkap dalam hasrat untuk makan dan minum.

Salah satu amal paling baik untuk mengurangi hasrat kita adalah memberikan sesuatu lebih banyak lagi. Kita dapat melawan

---

[48]Fred Kofman, *Conscious Business: How to Build Value through Values* (Boulder, CO: Sounds True, 2006), 97–131.

keinginan untuk memiliki dan menyimpan sesuatu dengan cara memberikannya kepada orang lain. Saat kita menyadari munculnya hasrat untuk memiliki lebih banyak pakaian, berikanlah sebagian pakaian kita yang jarang dipakai—bukan dengan tujuan untuk memperluas lemari, tetapi untuk memunculkan kesadaran bahwa kita telah memiliki cukup banyak barang daripada yang kita perlukan. Ini merupakan tindakan yang dapat melatih dan membantu kita mengatasi hasrat untuk memiliki lebih banyak barang yang sepertinya tidak mengenal batas.

Sebenarnya, kita semua memiliki sifat dasar pelit. Seorang pria pernah bertanya kepada seorang wali, "Seberapa banyak kekayaan kita yang harus dizakatkan?"

Sang wali balik bertanya, "Bagi orang seperti dirimu atau bagi orang seperti diriku?"

Si lelaki menjawab, "Semua orang tahu bahwa kadarnya adalah 1/40 dari harta yang kita kumpulkan setiap tahunnya!"

Sang wali menanggapi, "Itu untuk orang kikir seperti dirimu. Bagi orang-orang seperti diriku, kami memberikan segalanya."

Keengganan berbuat baik menandakan kurang atau tiadanyanya keimanan dalam diri kita. Itu berarti kita tidak percaya bahwa Tuhan akan terus memenuhi apa pun yang kita butuhkan. Kita mengira *kita* telah memenuhi kebutuhan diri kita sendiri dan kita harus mempertahankan apa pun yang sudah kita "miliki". Itulah dalih atau pemikiran yang selalu dimunculkan nafsu.

Semoga Allah melimpahkan kepada kita kesempatan untuk memperkuat keimanan melalui ilmu dan amal. Semoga Allah membuka matahati kita pada Kebenaran dan Realitas sehingga kita bisa terus berupaya mendekati keduanya. Janganlah bertindak layaknya orang-orang yang buta.

19

Kemurahan Hati

Ada tiga macam kemurahan hati. Kemurahan hati orang kebanyakan adalah memberikan kepada orang lain sebagian kecil dari yang mereka miliki. Kemurahan hati segelintir orang adalah memberikan sebagian besar yang mereka miliki dan menyimpan hanya sebagian kecil untuk diri mereka sendiri. Sementara, para wali mengabdikan diri mereka sepenuhnya hanya pada Kebenaran Tuhan. Mereka memberikan segalanya, tidak menyisihkan apa pun untuk masa mendatang, dan mengandalkan sepenuhnya hanya pada apa pun yang diberikan Tuhan.

Kemurahan hati berarti kita menyambut kesempatan untuk bersedekah tanpa sedikit pun menyesali apa yang telah diberikan. Sebagian kita bersedekah secara malas-malasan. Kita tahu bahwa bersedekah itu perbuatan yang sangat baik, tetapi kita menganggapnya sebagai tindakan yang sangat berat. Muzaffer Efendi pernah berkata bahwa sebagian orang berperilaku seakan-akan dompet mereka diselebungi jelatang. Ketika meraih dompet untuk beramal, tangan mereka disengat.

Ada banyak berbagai kisah sufi yang menakjubkan tentang nilai-nilai kemurahan hati. Dikisahkan bahwa ada seorang laki-laki asal Madinah di masa-masa awal pertumbuhan Islam. Ia datang ke

sebuah kota muslim yang baru berkembang. Para penduduk kota bertanya kepada si pengembara dari mana asalnya dan ia jawab dari Madinah. Mereka bertanya tentang lelaki dari Madinah yang bernama Ibrahim ibn Abdullah dan si pengembara mengatakan bahwa ia kenal orang itu. Salah seorang penduduk kota berseru, "Orang hebat dia itu. Dia membuat kami kaya raya."

Si pengelana berkata, "Aku tidak paham. Dia bukan orang kaya. Bagaimana dia bisa membuat kalian menjadi kaya raya?"

"Bukan uang yang dia berikan kepada kami. Dia mengajarkan kepada kami tentang kemurahan hati. Jadi sekarang tidak seorang pun dari kami yang tidak memiliki apa-apa."

Bukankah itu gagasan yang menakjubkan? Kemurahan hati membuat mereka kaya. Kemurahan hati dapat membuat kita semua kaya raya. Jika kita memelihara kepedulian dan saling bermurah hati, tidak seorang pun dari kita yang tidak memiliki apa-apa. Saya sering mengatakan kepada komunitas tarekat kami, "Sepanjang salah satu dari kita memiliki atap di atas kepala kita, tak seorang pun akan menjadi gelandangan. Sepanjang salah satu dari kita punya makanan di lemari pendingin, tidak seorang pun dari kita yang akan kelaparan." Kita mungkin tidak kaya, tetapi kita punya lebih banyak rasa aman daripada mereka yang kaya raya tetapi tidak memiliki siapa pun sebagai tempat bergantung jika mereka kehilangan kekayaan.

Tidak mau bersedekah merupakan salah satu tanda kurangnya iman, tanda yang menunjukkan bahwa kita terikat dan dikendalikan nafsu. Pada awalnya kita berpikir, "Ini adalah uang*ku*." Itu adalah kesalahan pertama. Kemudian kita berpikir, jika kita memberikan harta benda "kita" maka kita merasa tidak akan punya cukup harta. Sekali lagi, perasaan itu timbul akibat kurangnya iman. Kita melupakan bahwa Allah adalah Sang Maha Penjaga dan bahwa apa pun yang datang kepada kita itu berasal dari Dia.

Segalanya adalah milik Tuhan. Sudah menjadi tugas kita untuk menjadi penjaga yang baik terhadap apa pun yang Allah amanatkan kepada kita.

> Kita mungkin tidak kaya, tetapi kita punya lebih banyak rasa aman daripada mereka yang kaya raya tetapi tidak memiliki siapa pun sebagai tempat bergantung jika mereka kehilangan kekayaan.

Jika kita membuat ruangan lebih luas, ada barang-barang baru yang dapat masuk. Masing-masing kita bisa mengambil barang-barang dari laci dan lemari kita kemudian memberikan setidaknya separuh dari apa yang kita miliki. Kita tidak akan kehilangan barang-barang itu dan ada banyak orang yang membutuhkannya. Lagi pula, Islam mengajarkan kepada kita bahwa orang yang memberikan sedekah akan mendapatkan pahala lebih banyak daripada orang yang menerima.

Muzaffer Efendi menuturkan sebuah kisah tentang kemurahan hati yang telah saya sampaikan kepada para darwis di komunitas kami berkali-kali. Sebelum era Islam, salah seorang nabi di masa-masa awal penyebaran agama tauhid tinggal di sebuah kota kecil. Dia menunjukkan semua upacara keagamaan bagi kaumnya, mulai dari kelahiran hingga pemakaman. Suatu hari ia menikahkan sepasang anak muda dan sesudah pesta pernikahan usai, sang nabi tampak sangat sedih meskipun biasanya ia menyukai peristiwa pernikahan. Para sahabatnya bertanya mengapa ia tampak begitu sedih dan ia menjawab, "Takdir kedua mempelai itu sangat muram. Mereka sangat bahagia saat ini, tapi mereka akan mati malam ini juga."

Keesokan paginya, penduduk kota melihat lelaki muda itu di pasar. Sang nabi terkejut dan bertanya kepada si pemuda apakah ia boleh datang ke rumahnya. Pemuda itu berkata, "Tentu saja boleh." Sang nabi pun beranjak pergi bersamanya. Setibanya di rumah

pemuda itu, istri si pemuda menyambut mereka di pintu masuk. Sang nabi masuk ke dalam rumah dan melihat pembaringan kedua pengantin itu masih tergolek di lantai kamar. Ia menyingkapkan seprai tempat tidur itu dengan tongkatnya dan menemukan seekor ular yang sangat berbisa. Sang nabi bertanya kepada ular itu tentang apa yang terjadi tadi malam dan ular itu berkata, "Aku bergelung di ranjang ini untuk mendapatkan kehangatan. Ketika kedua mempelai itu naik ranjang, mereka membuatku merasa terusik. Saat aku hendak menggigit mereka, sesuatu mencengkeram tubuhku sehingga aku hanya bisa mematung sepanjang malam."

Sang nabi berpikir, "Nah, itu dia. Ular ini mau menggigit mereka, tetapi sesuatu mengubah takdir mereka." Sang nabi bertanya kepada kedua pasangan itu adakah sesuatu yang istimewa yang terjadi tadi malam. Sekejapan mereka diam berusaha mengingat hingga sang istri berkata, "Sesaat sebelum kami beranjak tidur, seorang pengemis mengetuk pintu rumah dan aku memberinya segelas susu."

Sang nabi berkata, "Segelas susu itu telah menyelamatkan hidup kalian."

Dalam sebuah hadis, Nabi Muhammad saw. bersabda, "Sedekah mencegah datangnya bencana."

Kita boleh saja mengira bahwa sedekah adalah amal sepele. Itu pikiran yang wajar muncul, karena kita tidak menyadari manfaat dan dampak besar dari kemurahan hati. Padahal, semakin banyak kita memberi, semakin banyak nutrisi yang kita berikan kepada hati dan jiwa kita dan tentu saja kita juga memberi manfaat besar kepada orang lain.

Ada banyak langkah untuk memelihara kemurahan hati. Apakah kita mempunyai semangat dan dorongan besar untuk bermurah hati? Dapatkah kita merasakan saat hati kita mendapat limpahan nutrisi dari kemurahan hati kita dan merasa bahagia

karenanya? Jika telah merasakannya, teruslah memelihara perasaan itu dengan semakin banyak memberi.

Dalam sebuah hadis, Nabi saw. bersabda, "Tangan kiri sebaiknya tidak mengetahui apa yang diberikan tangan kanan." Artinya, semakin banyak kebaikan yang kita lakukan tanpa menunjukkannya maka semakin baik perkembangan jiwa kita. Cara yang paling baik adalah jika kita tidak mengetahui siapa yang akan menerima sedekah kita dan mereka tidak tahu siapa yang telah memberi mereka sedekah. Jadi, tidak ada yang bersifat pribadi dalam hal ini dan si penerima sedekah tidak merasa malu karena sudah menerima sedekah.

Muzaffer menceritakan sebuah kisah. Ada seorang pria menemui tetangganya yang merupakan seorang mursyid dan mengatakan bahwa ia butuh lima ratus keping emas, jumlah uang yang sangat besar pada saat itu. Sang mursyid langsung memberinya 500 keping emas. Sewaktu pria itu pergi, sang mursyid mulai menangis. Salah satu darwisnya bertanya apakah ia sedih karena sudah memberikan uang yang banyak pada lelaki itu. Sang mursyid menjawab, "Bukan, sama sekali bukan karena itu. Aku menangis karena ia meminta uang. Tetangga macam apa aku ini? Aku tidak tahu dia membutuhkan uang sehingga ia sampai meminta-minta."

Orang yang benar-benar murah hati melihat dengan mata hati dan mendengar dengan telinga. Mereka memahami secara bijak hati mereka sehingga mengetahui apa yang dibutuhkan orang lain. Orang yang murah hati *ingin* memberikan sesuatu tanpa pernah memikirkan akan mendapatkan balasan.

Seberapa sering kita memikirkan orang lain? Sering kali kita hanya melihat apa yang ada di atas piring kita dan tidak melihat apakah piring tetangga kita terisi penuh atau kosong tanpa makanan. Jika kita hanya memikirkan kebutuhan sendiri, kita akan menganggap sulit bersikap dermawan. Kita mesti berusaha terus mengingat bahwa Tuhan selalu menyediakan berbagai kebutuhan

sehingga kita tidak perlu mengkhawatirkan apa yang ada di atas piring kita. Tuhan akan memenuhi kebutuhan kita seperti Dia selalu memenuhi berbagai kebutuhan kita di masa lalu. Jika kita ingat bahwa Tuhan adalah Sang Maha Penjaga, kita dapat bersikap dermawan tanpa pernah merasa takut.

Dalam kisah lain, diceritakan bahwa ada seorang pria bertanya kepada seorang mursyid tentang surga dan neraka. Di malam sebelumnya ia bermimpi bahwa sang mursyid mengawal dirinya ke sebuah ruang makan yang dipenuni banyak pria dan wanita yang kelaparan. Meja yang ada di ruangan itu dipenuhi aneka makanan yang lezat, tetapi satu-satunya alat makan yang tersedia hanya sendok-sendok panjang yang sulit dipegang. Tak ada seorang pun yang bisa memasukkan makanan ke dalam mulut mereka secara langsung karena sendoknya terlalu panjang. Para tamu yang kelaparan itu terus menumpahkan makanan saat mereka berusaha memakannya. Sang mursyid berkata kepada lelaki itu, "Inilah neraka."

Kemudian sang mursyid membawa lelaki itu ke ruang makan lainnya. Ruangan ini juga dipenuhi darwis-darwis yang kelaparan. Juga ada banyak makanan lezat tersedia di ruangan itu dan sendok panjang seperti yang ada di ruang makan pertama. Para darwis mengambil sendok mereka dan mulai menyuapi orang yang duduk berseberangan dengan mereka sehingga semua orang bisa mendapatkan makanan. Sang mursyid berkomentar, "Dan inilah surga."

Dahulu kala ada seorang darwis yang berkelana selama bertahun-tahun. Dalam beberapa tarekat sufi, pengembaraan para darwis menjadi bagian dari pelatihan spiritual. Mereka mengembara untuk mengingatkan diri sendiri bahwa dunia ini bukanlah rumah mereka yang sesungguhnya, bukan tempat tinggal yang abadi.

Akhirnya darwis itu bertemu dengan sorang musryid yang mumpuni. Ia menghentikan pengembaraannya dan menetap

bersama mursyid itu. Meski sangat menyayangi mursyidnya, ada bagian dalam diri sang darwis yang merasa bahwa ia lebih baik ketimbang mursyidnya karena ia sudah mengembara bertahun-tahun sedangkan mursyidnya hanya menetap di satu tempat. Ia merasa sudah belajar untuk hanya menggantungkan diri kepada Tuhan di sepanjang pengembaraannya yang lama.

Sang darwis jatuh cinta pada putri sang mursyid dan cintanya tidak bertepuk sebelah tangan sehingga mereka berdua pun menikah. Di malam pernikahan, sang darwis membungkus beberapa roti sisa hidangan jamuan pernikahan. Istrinya bertanya apa yang sedang dilakukannya. "Aku menyimpan roti ini untuk besok." Sang istri menatapnya dengan pandangan terkejut. "Apa? Berikan roti itu kepadaku!" Istrinya memberikan roti itu kepada saudarinya dan memintanya untuk menyedekahkannya kepada orang fakir. "Bagaimana bisa kau menyimpan sesuatu untuk esok hari? Di mana imanmu?"

Sang darwis muda itu menyadari bahwa percaya kepada Tuhan sama sekali tidak ada dipengaruhi apakah seseorang mengembara atau tidak.

Saya tidak menyarankan untuk memberikan segalanya setiap malam. Tetapi, coba pikirkan seberapa banyak barang yang kita miliki daripada yang kita butuhkan? Alangkah lebih baik jika kita menyadari bahwa apa yang kita *butuhkan* itu sangat sedikit sementara apa yang kita *inginkan* tidak pernah ada habisnya.

Mengembangkan dan memelihara kemurahan hati itu laksana melatih otot-otot tubuh; semakin sering kita berolah raga, semakin kuat tubuh kita. Pada setiap ujung hari, kita dapat mengajukan pertanyaan kepada diri sendiri apakah kita sudah mengamalkan kemurahan hati di hari itu atau tidak. Apakah kita sudah memberikan sesuatu kepada orang lain? Tidak perlu memberikan sesuatu yang besar. Kita memiliki banyak kelebihan pakaian. Kita pun punya makanan yang lebih dari cukup. Kita memiliki waktu

yang dapat kita gunakan untuk melayani orang lain. Kadang-kadang mendengarkan orang secara simpatik atau menyunggingkan senyuman akan menjadi pemberian yang tak ternilai.

Jika kita tidak tahu harus bicara dengan siapa, kita bisa selalu menghubungi keluarga. Kita semua punya anggota keluarga yang kita cintai dan mereka pun menyayangi kita. Sebagian besar mereka pun akan menyambut hangat hubungan silaturahim yang kita jalin.

Kita bisa memikirkan banyak hal untuk melayani orang lain. Seperti yang sudah saya utarakan, kita dapat terus memanen rasa senang dan bahagia dari kemurahan hati yang kita praktikkan. Kita dapat belajar menikmati bersedekah. Misalnya, ketika kita melayani orang-orang yang kita cintai—anak-anak, kedua orangtua, dan pasangan hidup—kita mendapatkan kebahagiaan darinya. Sedikit banyak, mungkin terdengar egois karena kita mendapatkan lebih banyak kenikmatan dalam memberikan sesuatu kepada orang-orang yang kita kasihi daripada mendapatkan sesuatu untuk diri sendiri. Jika kita ingin tumbuh berkembang di jalan spiritual ini, kita harus berupaya untuk mengembangkan perasaan itu sehingga kita menemukan kebahagiaan yang sama dalam melayani semua ciptaan Tuhan seperti yang kita temukan saat melayani keluarga.

Tidak jadi soal jika kita mulai mengembangkan kemurahan hati dengan cara mengasihi dan melayani orang-orang yang kita sayangi. Namun, setelah itu, kita harus mengembangkannya lebih jauh dan lebih luas. Kemurahan hati dapat mengubah diri kita. Tindakan memberi sedekah dan kemurahan hati merupakan obat manjur untuk mengendalikan nafsu karena nafsu tidak menyukai kebaikan itu. Nafsu selalu mengatakan, "Aku ingin memberikan sesuatu untuk diriku sendiri. Aku ingin melayani diriku sendiri dan menginginkan orang lain melayaniku."

Saya sangat menganjurkan untuk memberikan sedekah setiap hari. Saya mempelajari amalan ini dari seorang mursyid India. Simpanlah sebuah kotak amal di kamar tidur. Setiap malam,

masukkanlah recehan atau uang kertas yang Anda miliki ke kotak itu. Lakukan langkah ini sambil melafalkan *bismillah* dan katakan pada diri sendiri: "Aku sisihkan uang ini sebagai sedekah." Meskipun uang itu tidak langsung diberikan kepada orang-orang yang membutuhkan, menyisihkannya untuk disedekahkan berarti bahwa Anda telah bersedekah setiap hari. Allah melihat dan mencatat niat yang terucap dalam hati Anda. Bersedekah setiap hari sungguh akan menjadi berkah yang indah. Saya benar-benar merasakan manfaat besar dari bersedekah dalam hidup saya sendiri.

Ada banyak cara untuk menjadi murah hati. Kita dapat memberikan uang untuk alasan yang layak. Dan, ingatlah selalu bahwa bersedekah mesti dimulai dari rumah kita sendiri. Kita harus melihat ke sekeliling lingkungan untuk mengetahui adakah orang yang sedang membutuhkan bantuan. Kita dapat meluangkan waktu menjadi sukarelawan pada berbagai organisasi sosial. Kita bisa menjadi relawan dan bekerja di *soup kitchen*[49] yang dimiliki setiap komunitas. Menjadi sukarelawan di *soup kitchen* pada saat *Thanksgiving*[50] sudah menjadi tren dan kita dapat melihat para politisi setempat memberikan makanan kepada orang-orang miskin di hari itu. Tapi bagaimana dengan hari-hari lainnya dalam setahun? *Soup kitchen* itu—dan orang-orang yang mereka layani—membutuhkan bantuan kita sepanjang tahun.

Dikisahkan bahwa seseorang mengadukan kepada khalifah tentang *sohbet* beberapa mursyid Baghdad yang diangap bertentangan dengan hukum Islam. Sang Khalifah murka saat mendengar kabar

---

[49]Sebuah tempat yang menyediakan makanan gratis bagi kaum tunawisma dan fakir miskin di Amerika Serikat –*Penerj.*

[50]Hari libur nasional untuk mengucap syukur pada Tuhan yang diselenggarakan setiap tahun di Amerika Serikat dan Kanada. Di Amerika Serikat dirayakan pada hari Kamis minggu keempat di bulan November dan di Kanada diselenggarakan pada hari Minggu kedua di bulan November.

ini dan menangkap semua mursyid. Bala tentaranya membariskan para mursyid itu dan siap mengeksekusi mereka.

Salah seorang mursyid itu, Syekh al-Nuri, langsung maju ke depan dan berteriak, "Penggal kepalaku terlebih dahulu."

Sang penjagal berkata, "Aku tidak pernah melihat seseorang yang sangat ingin mati."

Sang mursyid menukas, "Aku ingin mati terlebih dahulu agar saudara-saudaraku memiliki waktu hidup sedikit lebih panjang. Itulah sebabnya aku maju lebih dulu."

Sang algojo berkata, "Aku tidak bisa mengeksekusi orang seperti dirimu." Dia pergi menemui hakim dan menceritakan kepadanya apa yang terjadi. Sang hakim berkata, "Orang-orang ini pasti adalah muslim yang ikhlas. Mereka belum tentu bersalah karena menyimpang dari Islam. Aku akan menguji mereka secara pribadi."

Sang hakim memanggil mursyid itu dan menginterogasinya panjang lebar. Semua jawaban sang mursyid berakar pada pemahaman yang mendalam tentang Islam. Sang hakim menghadap Khalifah dan semua mursyid itu diampuni. Mereka diselamatkan berkat kemurahan hati yang tulus.

Kita bisa mengembangkan semangat kedermawanan. Kita mungkin mengenal orang-orang yang benar-benar dermawan dan murah hati, orang yang akan senang membantu jika kita membutuhkan pertolongan. Kita juga mengenal orang yang kelihatan baik dan memesona, tetapi entah bagaimana kita bisa merasakan mereka sebenarnya tidak dermawan. Mereka mungkin tidak akan membantu jika kita benar-benar membutuhkan pertolongan.

Mursyid saya pernah mengatakan bahwa hati kita adalah tempat ibadah yang dibangun Tuhan untuk menjadi tempat Kehadiran-Nya. Tapi ingatlah, bangunan suci Ka'bah dulu dipenuhi berbagai berhala selama bertahun-tahun sebelum Islam datang. Jika hati kita dipenuhi berbagai hasrat akan berbagai kenikmatan dunia, tidak akan ada sedikit pun ruang untuk Tuhan. Sama seperti

mengeluarkan barang-barang dari lemari, langkah pertama yang harus dilakukan adalah membersihkan hati kita dan menyiapkan ruang untuk Tuhan.

Selama ini kita mengira bahwa kita menginginkan Tuhan. Padahal yang sebenarnya terjadi, kita *berhasrat* untuk menginginkan Tuhan. Ini merupakan pertanda keimanan, tetapi ini juga menunjukkan bahwa kita belum membersihkan sampah dari hati kita. Ada bagian dalam diri kita yang menginginkan Tuhan. Tapi, ketika kita meninjau kembali apa yang kita lakukan setiap hari, seberapa banyakkah kita fokus pada diri sendiri, kebutuhan kita, dan kebahagiaan kita? Seberapa banyak kita memusatkan perhatian pada orang lain dan kebutuhan mereka? Seberapa besar upaya kita untuk melayani ciptaan Tuhan? Kita akan terkejut karena ternyata kita sama sekali tidak menginginkan Tuhan. Kita masih saja fokus pada upaya untuk memenuhi keinginan diri sendiri. Kita dapat membersihkan hati kita dan menyediakan ruangan untuk Tuhan dengan cara terus memberi dan bersikap murah hati. Tuhan hanya akan bersemayam dalam hati yang sudah bersih dari sampah hasrat kepada yang selain Dia. Tuhan hanya akan masuk bila hati kita sudah siap. Kita harus menyiapkan diri. Tuhan selalu bersama kita, tetapi kita tidak menyadarinya.

Muzaffer Efendi sering berkata, "Setiap kali kita mengulang-ulang *lâ ilâha illa Allâh*, kita menyiangi rerumputan liar dalam kebun hati kita. Perumpamaannya, ketika kita mengundang seorang raja untuk datang ke rumah, tentu kita harus membersihkan rumah kita sebelum ia datang."

Ada banyak bentuk dan wujud kemurahan hati, termasuk di antaranya mengatakan kata-kata yang halus, mendengarkan dengan penuh kasih sayang walau sesaat, atau mempertimbangkan dengan cermat sebelum mengatakan atau melakukan sesuatu. Inti kemurahan hati adalah tidak terlalu memikirkan diri sendiri dan lebih banyak memikirkan orang lain. Dan uniknya, ketika kita

bermurah hati dan lebih banyak memberi kepada orang lain, diri kita sendirilah yang justru mendapatkan lebih banyak manfaat dan kebaikan ketimbang orang lain. Sama sekali bukan kemurahan hati jika kita mengedepankan hasrat menerima. Seorang murysid berkomentar bahwa kemurahan hati sebetulnya mengalir dari orang-orang miskin kepada orang-orang kaya. Maksudnya, kaum miskin memberikan kesempatan kepada kaum berada untuk bersedekah yang merupakan berkah terbesar.

Aspek lain kemurahan hati adalah membiarkan orang lain melayani kita sehingga *mereka* mendapat pahala dengan bersikap murah hati. Sebagian kita mungkin lebih suka melayani orang lain tetapi tidak suka dilayani. Akibatnya, kita menjauhkan mereka dari kesempatan untuk melayani. Sikap seperti itu bukanlah sikap murah hati. Sungguh baik untuk mengingat bahwa yang menerima kemurahan hati itu lebih dermawan daripada yang memberi.

Jika kita mau merenung dan berpikir, kita akan selalu mendapatkan cara untuk bermurah hati kepada siapa pun yang kita jumpai. Setiap pertemuan selalu memberi kita kesempatan untuk bermurah hati. Kadang-kadang kita bisa melayani mereka dan kadang-kadang kita bisa membiarkan mereka melayani kita. Kadang-kadang cara paling baik untuk melayani adalah dengan berbicara dan kadang-kadang diam mendengarkan menjadi cara yang lebih baik. Untuk melayani dengan baik kita harus membuka mata hati sehingga kita mengetahui apa yang dibutuhkan orang lain.

20

Tanggung Jawab atas Kehidupan Spiritual

Dalam Islam, orang yang sudah dewasa dan berakal harus bertanggung jawab atas kehidupan batin mereka. Banyak pencari Tuhan percaya bahwa guru merekalah yang paling hebat atau agama dan jalan spiritual merekalah yang paling baik. Sayangnya, keyakinan seperti ini sering menimbulkan anggapan "Guruku/tarekatku sangat hebat sehingga aku tidak perlu berusaha keras; guruku atau tarekatku yang akan berusaha untukku." Mungkin itu terdengar sebagai keyakinan yang membuat nyaman, tetapi itu tidak benar.

Seperti telah saya kemukakan, Muzaffer Efendi pernah mengatakan bahwa kita semua mendatangi jalan spiritual ini dengan membawa wadah masing-masing—ada yang membawa cangkir, ada yang membawa ember, dan ada yang membawa tong. Apa pun wadah yang kita bawa, yang paling penting adalah berusaha mengisinya. Itulah tugas yang harus kita jalankan dalam kehidupan ini. Ia juga mengatakan bahwa beberapa mursyid itu seperti keran air yang kecil dan sebagian lainnya bagaikan Air Terjun Niagara. Bagaimanapun keadaan mursyid, kita tidak akan

mendapatkan apa-apa jika tidak meletakkan wadah kita di bawah sumber air itu. Sebagai darwis, kita harus berusaha istikamah berada di bawah sumber air itu. Kita harus menjaga hubungan ilahiah penuh berkah yang dianugerahkan Tuhan kepada kita dan kemudian terus berusaha mengisi wadah kita sendiri.

Bahkan keran yang meneteskan air secara perlahan-lahan pun akan membuat wadah kita penuh jika berada tepat di bawahnya untuk waktu yang cukup lama. Namun, jika kita terus berpindah-pindah, terus mencari sumber air yang kita anggap lebih baik dan lebih bening, berpindah dari satu guru kepada guru yang lain, maka wadah yang kita miliki tidak akan pernah menjadi penuh. Kita harus bersabar dan menaruh wadah kita di bawah sumber air berkah yang telah diberikan kepada kita.

Kita juga harus melakukan yang terbaik untuk memastikan wadah kita tidak bocor. Agar wadah ruhani itu tidak bocor, kita harus memelihara sikap jujur, tulus, dan adil. Dengan kata lain, ini berarti kita mesti mengikuti moral dan etika Islam, yang di antaranya menuntun kita untuk menjalani hidup yang teratur, hidup yang dapat menampung *berkah*, energi, dan karunia sepanjang perjalanan spiritual ini.

Seorang mursyid adalah dokter hati. Pelajaran yang disampaikan seorang mursyid merupakan obat untuk menyembuhkan hati dan pikiran murid mereka. Apa pun yang diberikan tuan guru harus kita kerjakan dan apa pun yang disampaikannya harus kita perhatikan secara saksama. Untuk melakukan semua itu kita harus menyimak secara mendalam setiap ucapan yang mereka katakan. Kemudian kita harus istikamah menjalankan segala titah dan nasihatnya. Jika kita tidak memusatkan perhatian pada segala ucapan dan titah tuan guru dan terus-terusan tergoda untuk mengikuti praktik yang diajarkan guru-guru yang lain, niscaya kita tidak akan pernah berkembang secara spiritual. Memang mudah untuk membayangkan bahwa di luar sana ada guru atau amalan yang lebih baik sehingga

akibatnya kita gagal menjalankan praktik yang diajarkan guru kita. Sesungguhnya itu adalah suara nafsu yang lebih menyukai imajinasi ketimbang amal atau praktik nyata. Nafsu menginginkan kita gagal dalam perjalanan spiritual. Nafsu membujuk kita untuk terus membayangkan guru atau tarekat yang lain. Nafsu membuat kita percaya bahwa spiritualitas orang lain maju dan berkembang lebih cepat daripada kita. Nafsu terus mencoba meyakinkan kita akan hal tersebut seraya berdalih, "Kau tidak mendapatkan cukup perhatian yang semestinya kaudapatkan. Karena itulah orang lain lebih cepat mengalami kemajuan." Nafsu selalu mencoba meyakinkan bahwa sebenarnya kita lebih baik dan lebih penting ketimbang orang lain. Di sisi lain, nafsu juga memunculkan prasangka, jika diri kita lebih baik, mengapa orang lain terlihat mengalami kemajuan lebih besar secara spiritual? Apa gerangan yang terjadi? Ingatlah, sesungguhnya pikiran dan anggapan itu sangat jauh dari kebenaran. Selain itu, ingat pula bahwa kita tidak akan pernah berkembang jika setiap saat memperhatikan orang lain dan mengabaikan tugas serta keadaan diri kita sendiri. Menirukan orang lain tidak bermanfaat bagi perkembangan spiritual diri kita sendiri. Mendengki dan mencemburui orang lain hanya akan membuat keadaan kita jauh lebih buruk dari sebelumnya. Muzaffer Efendi pernah memberikan nasihat, "Dalam urusan kebijaksanaan dan perkembangan ruhani, kita harus melihat orang-orang yang jauh lebih maju daripada kita. Kita jadikan teladan mereka sebagai pemicu semangat. Sedangkan dalam urusan materi atau dunia, kita harus melihat pada orang-orang yang lebih kekurangan dibanding kita dan bersyukur atas apa yang telah kita miliki."

Islam dan tasawuf adalah cara hidup, bukan agama yang dibatasi ritual lahiriah belaka. Tasawuf adalah aspek halus dalam Islam yang mengajarkan kepada kita bagaimana menyempurnakan kepribadian. Mursyid membimbing para darwis untuk mencapai tujuan ini. Jika ingin mencapai suatu tujuan yang tidak kita

ketahui maka kita membutuhkan seorang pembimbing atau pemandu. Sangat mungkin jika mengikuti arahan nafsu, kita akan segera mencari peta dan berjalan mengikutinya, bukan mencari pembimbing. Sayang, tidak ada peta dan petunjuk arah yang tertulis dan baku dalam perjalanan ruhani ini.

Keadaan-Keadaan Batin

Banyak dari kita yang telah diberkati dengan pengalaman yang mengesankan selama berzikir atau ketika berada di hadapan mursyid. Di saat-saat seperti itu seorang darwis merasa dipenuhi cahaya, cinta, dan berkah Allah. Namun, pengalaman batin seperti itu sifatnya sementara. Sama seperti mimpi, kita harus terjaga dan kembali pada keadaan diri kita sehari-hari. Dalam tasawuf, pengalaman sementara dan mengesankan ini disebut *hâl* (jamaknya ahwâl). *Hâl* berbeda dengan keadaan ruhani yang lebih stabil yang dikenal sebagai istilah *maqâm* atau tempat menetap. Istilah *maqâm* juga berarti suatu moda dalam musik, seperti mayor atau minor. Kita hanya menggunakan dua moda itu dalam musik Barat, tetapi di musik Timur ada ratusan *maqâm*. Seorang musisi dapat bermain ratusan nada dengan moda yang sama. Demikian juga, kita dapat memiliki ratusan pengalaman dan masih tetap dalam keadaan yang sama.

Banyak dari kita yang terilhami dan tersentuh secara mendalam di tengah kehadiran guru kita dan mengalami berbagai macam keadaan spiritual. Ini merupakan berkah yang menakjubkan. Namun, ada banyak ancaman dan bahaya yang mengintai dalam keadaan seperti ini. Sangat mungkin kita mengira bahwa mursyid kita melakukan pekerjaan untuk kita sehingga kita tidak mesti bertanggung jawab atas kehidupan spiritual kita sendiri. Kita harus isi hidup kita dengan zikir, cinta, dan pelayanan. Tidak ada

orang lain yang dapat melakukannya untuk kita. Tidak ada orang lain yang dapat mencintai atau melakukan ibadah untuk kita. Seorang murysid dapat mengajari hal-hal yang paling luar biasa, tapi ajaran-ajaran itu akan menjadi sia-sia saja jika kita berkata, "Betapa indahnya dan bijaknya ucapan sang mursyid ini!" tetapi gagal untuk bertindak sesuai dengan ajaran-ajaran itu.

Seorang guru spiritual itu bagaikan pelatih olah raga. Atlet-atlet berbakat membutuhkan pelatih-pelatih andal untuk mengembangkan kemampuan mereka semaksimal mungkin. Seorang pelatih yang baik dapat membuat pelatihan seorang atlet menjadi lebih efektif, tetapi si atlet tetap harus melakukan latihannya sendiri. Seorang pelatih tidak bisa berlari sejauh satu mil atau melakukan *push up,* dan jenis latihan fisik lainnya.

Seorang guru saya mengatakan, "Tuhan telah melakukan usaha sebanyak 99 persen untuk kalian. Kalian hanya harus berusaha melakukan yang satu persen sebagai upaya yang diperlukan untuk menemukan Tuhan. Namun, dari yang 1 persen itu kalian harus melakukannya sebesar 100 persen!" Tentu saja Rahmat Allah akan menambah yang 1 persen itu. Kendati demikian, kita diharapkan melakukan berbagai upaya itu dengan tulus ikhlas.

Kata-kata dalam Al-Quran telah mengilhami jutaan kaum muslim selama seribu empat ratus tahun terakhir. Tetapi, selama seribuan tahun itu jutaan orang yang menyebut diri mereka muslim tidak pernah mengubah diri mereka dengan kata-kata suci itu. Orang yang tiranis, egoistis, dan bodoh sering mengubah kata-kata tak ternilai dalam Kitab Suci menjadi kata-kata yang tidak bernilai. Kata-kata yang mengilhami secara alamiah sendiri tidaklah cukup. Seperti yang diajarkan Al-Quranul Karim, banyak orang seperti keledai yang membawa kitab suci. Tak peduli betapa berharganya buku-buku itu, keledai itu tidak terpengaruh oleh apa pun yang sedang dibawanya. Banyak, terlalu banyak bahkan, kaum muslim yang mirip seperti keledai itu.

Bershalat atau berdoa secara teratur bukanlah langkah akhir dan tidak menjamin perkembangan ruhani. Banyak orang yang mengaku muslim tetapi memperlakukan keluarga mereka dengan kasar, juga kepada tetangga, atau bahkan diri mereka sendiri. Fenomena ini pun banyak terjadi di kalangan pemeluk agama lain. Kita akan terkejut melihat betapa selama ini kita merasa puas dan merasa cukup dengan ibadah dan laku keagamaan lain yang kita amalkan. Padahal, laku ibadah yang dangkal hanya berpengaruh sedikit atau sama sekali tidak memengaruhi perkembangan spiritual kita. Fenomena ini membuktikan kebenaran sabda Nabi Muhammad saw.: "Sebagian orang shalat tetapi yang didapatkan hanyalah gerakan-gerakan tubuh. Sebagian orang berpuasa, tetapi yang didapat hanyalah rasa lapar."

Jika kita menghendaki perkembangan spiritual, sudah semestinya kita mulai mengembangkan sikap dan perilaku yang membuat kita terhubung lebih dekat kepada Allah, baik dalam ketika shalat maupun berbagai bentuk ibadah lainnya. Semakin banyak kesadaran yang kita bawa ke dalam laku dan amal spiritual, semakin banyak hasil yang akan kita rasakan dari praktik-praktik ibadah itu.

Sebelum shalat atau berdoa, kita harus tinggalkan semua urusan duniawi. Dengan begitu, kita menciptakan suatu ruang hampa sehingga tidak ada apa-apa lagi antara Tuhan dan diri kita. Inilah makna istilah fakir yang sebenarnya: miskin dari segala sesuatu yang mengalihkan perhatian kita dari Tuhan. Kita harus berupaya melakukannya sebagai suatu upaya yang sangat pribadi. Kita harus merasakan bahwa kita ada dalam Kehadiran Tuhan. Makna ihsan didefinisikan sebagai berdoa disertai perasaan Kehadiran Tuhan. Jelasnya, meskipun kita tidak melihat Tuhan ketika menjalankan shalat, kita tahu dan yakin bahwa Dia melihat kita.

Ketika melafalkan kalimat *lâ ilâha illa Allâh*, kita bisa menjadikannya laku batiniah. *Lâ ilâha* secara harfiah berarti tidak

ada tuhan dan *illa Allâh* berarti selain Allah. Muzaffer Efendi pernah mengajarkan bahwa pelafalan *lâ ilâha* akan membersihkan hati. Kalimat itu mengingatkan kita bahwa tidak ada yang Ilahi atau yang transenden kecuali Allah (makna lainnya adalah bahwa tidak ada yang benar-benar ada kecuali Allah). Penggalan pertama kalimat ini akan membersihkan hati kita yang terikat pada berbagai hal yang fana di dunia ini. Penggalan kedua, *illa Allâh*, menyucikan altar hati. Kalimat itu seakan-akan menegaskan bahwa meskipun yang dapat kita lihat adalah dunia materi, Tuhan benar-benar ada. Dia adalah Realitas di balik ciptaan yang terlihat sebagai realitas.

Saat melafalkan kalimat suci itu, bukalah hati dan fokuskan kepada Allah, Tuhan yang telah menciptakan kita. Mengulang-ulang pelafalan kalimat suci ini atau kalimat-kalimat *thayyibah* lainnya memberi kita manfaat besar. Kita dapat mengembangkan pemahaman kita sendiri akan kalimat ini. Misalnya, *lâ ilâha*—bukan dunia di sekelilingku, bukan kekhawatiran dan masalah pribadiku; tidak satu pun dari semua itu yang abadi atau benar-benar penting. *Illa Allâh* berarti Tuhan memasuki hatiku. Inilah doa yang bersifat sangat pribadi.

Segalanya Penting

Sistem saraf kita mencatat segala hal yang kita katakan, semua yang kita pikirkan, dan seluruh yang kita lakukan. Karakter kita berkembang lebih baik jika kita terbiasa mengatakan kata-kata yang baik, merenungkan pikiran yang baik, dan melakukan perbuatan yang baik. Sebaliknya, karakter kita berkembang lebih buruk jika kita terbiasa mengatakan, memikirkan, dan melakukan keburukan. Muzaffer Efendi pernah mengatakan bahwa kita tidak akan dihukum karena pikiran-pikiran yang buruk kecuali kita mewujudkan pikiran itu dalam bentuk tindakan. Kendati demikian, jika kita bersikap

buruk, lalu kita bertobat dengan ikhlas dan sungguh-sungguh, dan Allah Swt. menerima pertobatan kita maka perbuatan baik yang kita lakukan akan dicatat menggantikan perbuatan buruk sebelumnya.

Tasawuf merupakan jalan pribadi. Jalan ruhani yang kita tempuh didasarkan atas pikiran dan tindakan kita sendiri dan pada kualitas hidup kita, di siang maupun malam hari. Kita memiliki banyak kawan yang menemani dalam perjalan ruhani ini dan kita memiliki bimbingan dari Nabi Muhammad saw. dan guru-guru kita, tetapi kita tetap harus melangkahkan kaki sendiri. Jika kita berjalan bersama orang lain, jangan mengharapkan mereka menggendong kita. Allah telah menganugerahi kita dua kaki dan kemampuan untuk berjalan. Bagaimana bisa kita meminta orang lain untuk menggendong kita? Jalan ini harus ditempuh dan kesulitannya harus kita hadapi sendiri. Para mursyid hanya menjadi pemandu atau pembimbing dalam perjalanan ini. Kita sendirilah yang harus menggerakkan dan melangkahkan kaki.

Kita juga harus selalu ingat bahwa Tuhan Maha Pengasih. Dia lebih dekat dengan kita ketimbang diri kita sendiri. Tuhan adalah pusat keberadaan kita. Tuhan berada dalam jantung terdalam hati kita. Setiap kali kita melafalkan *lâ ilâha illa Allâh*, kita terhubung dengan hati kita sendiri, hati yang telah dianugerahi tempat ibadah untuk menjadi rumah bagi percik cahaya Ilahi yang ada dalam setiap diri kita.

Kita dapat tumbuh menjadi seperti rumah yang dipenuhi cahaya dan memancarkan cahaya itu kepada semua orang. Sebagian orang dapat menyinari orang lain. Cahaya, kehangatan, dan cinta memancar keluar dari mata, kata-kata, dan tindakan mereka. Cahaya ini memelihara dan menerangi orang-orang yang mereka kasihi, tetangga, dan dunia di sekitar mereka.

Tidak ada orang lain yang bisa menggantikan kita dalam perjalaan spiritual ini. Perubahan yang kita inginkan membutuhkan waktu, ketulusan, dan kesabaran yang kita terapkan dalam seluruh

praktik spiritual. Kita akan berubah jika kita menjalankan semua praktik spiritual dengan sabar, sadar, dan penuh kehadiran hati. Dengan cara itu kita akan berhasil menempuh jalan ruhani dan mencapai Kebenaran. Jalan ini telah mengubah jutaan orang di sepanjang lintasan sejarah manusia. Islam bukanlah agama yang baru. Ia mengajarkan kebenaran-kebenaran yang sama yang telah disampaikan Tuhan kepada manusia sejak zaman Nabi Adam a.s. Jalan Kebenaran itu umurnya setua usia manusia.

Inilah Jalan *Kita*

Nafsu dalam diri kita mungkin berusaha meyakinkan kita bahwa ini bukanlah jalan kita yang sebenarnya; atau bahwa ini adalah jalan yang dipilih beberapa orang aneh dari Abad Pertengahan. Bertahun-tahun silam, seorang teman bertanya mengapa saya tidak mencoba sesuatu yang lain. Mengapa, ujarnya, saya terlibat dalam urusan tarekat sufistik yang menggelikan ini? Nafsu saya pernah mengungkapkan pertanyaan serupa dengan kalimat yang lebih fasih dan frekuensi yang lebih sering.

Saya menjawab dengan penuh kesadaran, "Aku bisa saja mencari guru spiritual yang lain. Tentu ada banyak guru spiritual lain di luar sana. Namun, sejujurnya aku percaya bahwa aku sudah ditempatkan di jalan ini. Hanya ada dua pilihan bagiku, yaitu mengikuti jalan yang dianugerahkan Tuhan ini atau menolaknya. Ini bukan masalah menemukan guru yang lebih baik atau jalan yang lebih mulus. Jika aku meninggalkan jalan yang tengah kutempuh, aku akan meninggalkan karunia tak ternilai yang sudah dianugerahkan kepadaku. Jika aku melakukan itu, berarti aku meninggalkan jalan spiritualku demi fantasi yang sangat mungkin keliru. Lain masalahnya jika Tuhan merenggutku atau menjauhkanku dari jalan ini. Namun, hingga saat ini aku sadar dan yakin bahwa Dia telah

menempatkanku di jalan ini dan aku berdoa agar aku tetap berada di jalan ini."

Kita semua punya pilihan untuk mengikuti atau menolak jalan ini. Saya menganjurkan Anda untuk istikamah mengikutinya dengan segala kesulitan dan rintangannya. Selain itu, sudah semestinya kita melakukan apa pun yang telah diperintahkan Tuhan sehingga kita semakin mengenali keagungan-Nya dan semakin dekat kepada-Nya.

Nafsu kita akan terus membuat segala jenis alasan: "Aku akan mengabdikan diriku di jalan spiritual ini bulan depan ..." Atau, "... nanti saja, tahun berikutnya." Atau, "Aku akan mengabdikan diriku ketika aku pensiun dari pekerjaanku." Atau, "... nanti saja kalau sudah tidak lagi mengkhawatirkan kondisi keuanganku." Dengan terus mengungkapkan segala jenis dalih itu, kita tidak akan pernah menempuh jalan spiritual. Sebab, akan selalu ada pekerjaan yang harus diselesaikan dan kita akan selalu merasa butuh uang lebih banyak. Nafsu kita akan terus berusaha membuat kita berpaling dan meninggalkan jalan spiritual ini. Kita akan selalu menemukan alasan dan pengalih perhatian.

Nafsu kita akan mengatakan bahwa ini bukanlah jalan yang tepat untuk kita tempuh. Nafsu akan mengatakan, "Al-Quran ditulis dalam bahasa Arab. Jadi, ini adalah jalannya orang-orang Arab." Atau, "tarekat ini berasal dari Turki. Jadi, ini adalah jalannya orang-orang Turki." Jika kita orang Turki, nafsu akan mengatakan, "Ini adalah jalannya orang Turki dari abad ketujuh, bukan untuk orang Turki modern."

Ketika nafsu mengungkapkan dalih-dalih seperti itu, katakanlah dengan tegas: "Ini adalah jalan yang sudah dibentangkan untukku dan sekarang adalah saatnya untuk menempuh dan mempraktikkannya." Kita harus mengatakan kepada diri sendiri: "Ini adalah jalan*ku*, bukan jalan orang lain, bukan pula jalan yang terbatas hanya untuk para wali di masa lalu. Aku akan

bisa memahaminya jauh lebih dengan cara mengikutinya sebaik mungkin sesuai dengan kemampuanku."

Kita bisa memahami sesuai dengan potensi pemahaman yang dianugerahkan Tuhan. Kita tidak dituntut untuk memahami jalan spiritual ini secara utuh dan penuh. Yang terpenting adalah mengamalkan apa pun yang benar-benar kita pahami. Langkah itu sebenarnya tidak terlalu sulit jika kita berusaha untuk memahami tuntunan yang diajarkan Rasulullah dan para mursyid yang membimbing kita.

Nafsu dalam diri kita mungkin akan membujuk kita untuk menunggu sampai kita menguasai bahasa Arab. Ini merupakan dalih yang sangat bagus karena sangat mungkin kita tidak akan menguasai bahasa Arab. Alih-alih mengikuti bujukan nafsu, segera tekadkan dalam hati untuk mengikuti jalan ini dan mempraktikkannya sekarang juga dengan segala potensi dan pemahaman yang kita miliki saat ini. Langkah yang harus kita ambil sederhana saja: ambil yang kita ketahui dan mengamalkannya dalam kehidupan. Jadikan jalan ini sebagai jalan kita sendiri dan kita bertanggung jawab sepenuhnya untuk mengikutinya sebaik yang kita mampu.

Jika kita telah bertekad menempuh jalan ini, kita harus berusaha menjalaninya secara sungguh-sungguh. Laksanakan semua praktik ibadah dengan khusyuk dan penuh kehadiran hati. Jangan melafalkan doa dan mengulang-ulanginya tanpa berusaha memahami dan merenungkan maknanya. Niat yang telah ditanamkan dalam hati harus diwujudkan dalam bentuk amal atau tindakan nyata. Kita dapat melakukan lebih dari sekadar melafalkan doa-doa. Kita dapat mengalami langsung doa yang kita lafalkan dan zikir yang kita lantunkan. Kita bisa terus berusaha *memaknai* kalimat-kalimat baik yang kita lafalkan. Jika kita melakukan semua itu, niscaya kata-kata dan kalimat-kalimat yang baik itu dapat mengubah diri kita.

Menjaga Kesadaran

Semakin kita sadar, semakin banyak orang lain yang akan terpengaruh oleh apa yang kita katakan, karena semua yang kita katakan disampaikan secara sungguh-sungguh. Berbeda halnya jika kita menyampaikan sesuatu yang tidak disertai kesadaran, menyampaikan sesuatu tanpa pertimbangan atau pemikiran apa pun. Tanpa kesadaran dan kesungguhan, apa pun yang kita ucapkan dan kita lakukan tidak akan berdampak apa-apa.

Kebiasaan merupakan salah satu musuh terbesar kesadaran. Kebiasaan sesungguhnya merupakan separuh rahmat. Kita harus mengembangkan kebiasaan; tanpa kebiasaan kita harus belajar ulang untuk mengikat tali sepatu setiap hari dan belajar kembali mengemudikan mobil setiap pagi. Saya tidak akan pernah sampai di jalan jika semua pengemudi mobil lain sibuk belajar kembali kebiasaan mengemudi. Lebih baik, saya memilih berjalan kaki.

Kemampuan untuk mengancingkan kemeja, menggunakan pisau dan garpu, dan juga mengetik, semuanya merupakan hasil dari kebiasaan. Kita belajar melakukan berbagai aktivitas yang kompleks dan menyimpan pola-pola tersebut dalam memori sehingga kita menjadi lebih mudah melaksanakan sesuatu yang pada awalnya sangat sulit. Di sisi lain, kebiasan membuat kita menjadi hadir dan sadar atas apa yang kita sedang lakukan.

Sebuah pepatah sufi mengatakan, "Darwis adalah anak zamannya." Ini berarti, kita menyadari dan memperhatikan ketika mengikat tali sepatu setiap memakai sepatu. Saat mengikatkan tali sepatu, kita tidak berpikir tentang surel atau merencanakan apa yang akan kita lakukan di sore hari. Saat mengancingkan kemeja atau menyikat gigi, atau melakukan apa pun, kita tetap hadir dalam tindakan itu sendiri.

Setelah menjalani kehidupan yang cukup lama, kita semua menjadi kecanduan akan multikerja. Anak-anak kita menonton

televisi, belajar, dan mengobrol di telepon pada saat yang sama. Kita sendiri sering kali gagal memusatkan perhatian pada satu momen tanpa memikirkan hal lain ketika kita melakukan suatu akfititas.

Ada pengertian modern yang aneh tentang efisiensi. Pengertian itu mengatakan bahwa kita dianggap bekerja secara efisien jika saat melakukan sesuatu secara mekanis atau karena kebiasaan, kita bisa melakukan hal-hal lain dengan sama baiknya. Cara seperti itu dianggap sebagai cara kerja ang efisien. Kita mengira telah menghemat waktu dengan melakukan beberapa hal sekaligus dalam satu waktu yang sama. Kita tahu bahwa mengemudi sambil berbicara di telepon genggam itu berbahaya, tetapi sebagian besar orang masih melakukannya. Ketika sedang mengemudi, pusatkan perhatian pada kemudi, dan jangan melakukan hal lain, seperti menelpon. Kita berbicara di telepon, pusatkan perhatian pada pembicaraan. Berusahalah selalu hadir dalam apa pun yang sedang kita kerjakan. Setiap kali kita mencoba melakukan beberapa hal sekaligus, sebenarnya kita tengah membangun kebiasaan untuk mengalihkan perhatian. Akibatnya, saat kita mendirikan shalat, kita kesulitan untuk khusyuk dan memusatkan perhatian. Tidaklah mengejutkjan jika kita tidak bisa khusyuk saat menunaikan shalat karena sepanjang hari perhatian kita biasa teralihkan dengan melakukan berbagai hal di waktu yang sama.

Sebagai bagian dari laku spiritual sehari-hari, izinkan saya menyarankan sesuatu yang sangat sederhana. Lakukanlah satu pekerjaan di satu waktu. Tunjukkan perhatian dan kesadaran ketika melakukan suatu aktivitas. Pahamilah ungkapan sufi di atas bahwa seorang darwis adalah anak zamanya. Secara sederhana, ungkapan itu berarti, hati dan pikiran kita hadir sepenuhnya pada saat kita melakukan sesuatu. Hari dan pikiran kita dicurahkan pada apa yang sedang kita kerjakan. Jika diperhitungkan, waktu yang kita habiskan untuk shalat atau ibadah lainnya dalam sehari jauh lebih sedikti dibanding waktu yang kita gunakan untuk melakukan

berbagai aktivitas lain. Karenanya, jika kita menghabiskan sebagian besar waktu saat kita terjaga dengan melamun tanpa pemusatan perhatian, bagaimana kita khusyuk dan memusatkan perhatian saat mendirikan shalat? Ingatlah, Nabi Muhammad saw. pernah mengajarkan, "Tanpa *kehadiran* hati, tidak ada shalat."

Banyak dari kita begitu sibuk sehingga kita merasa harus menyelipkan shalat di antara berbagai aktivitas lain. Kita tergesa-gesa menunaikan shalat saat televisi tengah menayangkan iklan dalam sebuah acara. Shalat kita sisipkan ke dalam jadwal kita yang ketat. Kita tidak memperlakukan shalat sebagai salah satu hal yang paling penting yang kita lakukan setiap hari. Semestinya, kita kesampingkan akifitas lain, luangkan waktu untuk menjadi lebih hadir, dan menyiapkan diri sevaik-baiknya untuk shalat.

Salah satu sifat Allah adalah *Yâ Hâdi*, Yang Maha Membimbing. Kualitas ilahiah itu ada dari azali dan akan tetap abadi. Tuhan adalah esensi, jantung, atau hakikat semua bimbingan, baik di masa lampau, masa kini, maupun masa mendatang. Tuhan selalu ada untuk kita sebagai Pembimbing kita di jalan Kebenaran. Tuhan adalah pembimbing *kita*. Jika kita mengira Tuhan hanya membimbing nabi-nabi besar dan para wali di masa lalu, berarti kita membatasi sifat Tuhan ini. Tuhan adalah Pembimbing kita semua. Dia adalah Sang Maha Pembimbing untuk seluruh makhluk-Nya, di masa lalu, masa sekarang, dan untuk selamanya.

Allah juga memiliki sifat *Yâ Haq*, Yang Mahabenar. Bagaimana caranya kita mencari kebenaran dalam kehidupan kita sendiri? Jalan ruhani adalah jalan pribadi dan kita tidak bisa dipuaskan dengan bentuk lahiriahnya saja atau dengan perkataan orang lain. Kita dapat mencoba berdoa seperti doa yang dipanjatkan Muzaffer Efendi. Ketika berdoa, doanya bukanlah doa orang lain, melainkan doanya pribadi, doa yang disertai kesadaran dan kehadiran hati. Doa yang ia panjatkan benar-benar nyata, unik, dan langsung terucapkan. Doanya bersumber dari kedalaman hatinya. Seharusnya

kita berusaha meneladani caranya berdoa, yakni doa yag disertai kehadiran hati dan benar-benar bersumber dari hati kita sendiri.

Ketika mendirikan shalat, kita bisa mencoba menggubah kata-kata kita sendiri. Saat mengucapkan *Bismillâhirrahmânirrahîm*, kita dapat merenungi maknanya dalam hati, yakni "Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang."

Ketika menuturkan *Alhamdulillâh*, kita dapat merenungi maknanya seraya melafalkan dalam hati "Segala puji bagi Allah", dan seterusnya.

Nafsu dalam diri kita akan terus berusaha mencegah kita bersikap khusyuk dan bertanggung jawab atas kehidupan spiritual kita sendiri. Nafsu memiliki kekuatan yang dahsyat dan canggih sehingga ia benar-benar merupakan musuh terbesar kita. Jangan mengabaikan kekuatannya. Syekh Tosun Efendi pernah menanyakan, apa yang akan kita lakukan jika rumah kita disatroni napi psikopat yang melarikan diri dari penjara—seorang pembunuh berbadan kekar yang membawa senapan serbu. Jika peristiwa seperti itu terjadi, langkah paling penting adalah memusatkan perhatian pada bahaya yang mengancam. Kita harus mengerahkan segala pikiran dan kekuatan untuk mencari jalan keluar selama si penjahat itu ada di rumah kita. Sebab, maniak seperti itu punya kemampuan untuk menghancurkan diri kita dan semua orang yang kita kasihi. Namun, dalam banyak kesempatan, Tosun Efendi sering mengungkapkan bahwa ancaman nafsu dalam diri kita jauh lebih besar dan lebih berbahaya: tinju dan peluru napi psikopat itu hanya dapat melukai tubuh, sedangkan nafsu dapat menghancurkan kehidupan ruhani kita dan melukai secara mendalam orang-orang yang kita sayangi. Namun, itu hanya akan terjadi apabila kita menolak mengikuti bimbingan dari *Yâ Hâdi*.

Sebagaimana telah saya kemukakan, salah seorang guru saya menunjukkan bahwa Tuhan telah memberi kita 99 persen dari apa yang kita butuhkan. Kita hanya perlu mengupayakan yang 1

persen. Namun, kita harus melakukan yang 1 persen itu secara 100 persen. Sebagai perumpamaan, anggaplah seseorang memberi kita sebuah mobil baru yang bagus. Mobil itu dalam kondisi yang sempurna, baik mesinnya, sistem pengapiannya, sistem kemudinya, dan sebagainya. Kita hanya tinggal memasukkan kunci ke lubang kunci dan memutarnya agar mobil itu menyala. Mobil itu tidak akan menyala dengan sendiri dan juga tidak akan bisa dikendarai jika kita hanya memasukkan kuncinya setengah saja atau tidak penuh ketika memutar kuncinya. Kita harus melakukan prosedur menyalakan mobil sebanyak 100 persen.

Setiap Jalan Menuju Tuhan adalah Unik

Sungguh benar jika ada yang mengatakan bahwa setiap jalan menuju Tuhan yang ditempuh setiap orang itu bersifat unik. Di satu sisi, kita semua adalah muslim dan kita semua adalah darwis, salik, atau penempuh jalan spiritual. Kita memiliki agama yang sama dan mengamalkan praktik spiritual yang juga sama. Kita semua mengikuti jalan yang sama dan kita dapat saling mendukung dan saling menemani di jalan ini. Kita bisa dan semestinya dapat menjadi sebuah keluarga spiritual.

Namun, di sisi lain, jalan kita masing-masing bersifat unik karena kita semua memiliki jalan hidup yang berbeda-beda. Pernahkah Anda memperhatikan bagaimana bisa setiap batu koral yang ada di pantai itu unik meskipun berasal dari bentuk umum yang sama? Cara kita mencintai Tuhan itu unik dan cara kita melayani orang lain juga berbeda satu sama lain. Dalam sebuah hadis yang terkenal, Nabi Muhammad saw. mengatakan bahwa jumlah jalan menuju Tuhan itu tak terhitung, sebanyak jumlah ruh. Kita harus memusatkan perhatian pada jalan spiritual yang kita tempuh. Jalan itu terus tumbuh dan berubah, sama seperti diri

kita yang juga tumbuh dan berubah. Jika kita berhenti berubah, kita akan kehilangan jalan yang kita tempuh.

Dalam perjalanan apa pun, termasuk saat menempuh jalan spiritual, kita harus menyeimbangkan setiap langkah. Jika kita lupa menjaga keseimbangan maka kita akan terjatuh. Kita tetap harus hadir dan memusatkan perhatian. Hadis Nabi di atas di antaranya mengandung makna bahwa kita harus memperhatikan setiap momen. Kita harus tetap sadar dengan apa yang kita katakan dan lakukan.

Langkah-langkah yang kita ambil pada hari ini tidaklah sama dengan langkah-langkah yang kita ambil di tahun sebelumnya. Jalan yang kita ikuti dengan susah payah adalah jalan Nabi Muhammad saw. dan jalan para nabi lainnya. Jalan ini tidak berubah, tetapi keadaan hidup setiap zaman berbeda-beda. Jalan spiritual menuntut agar kita tetap terjaga, sadar, bersemangat, dan hidup. Kita tidak boleh bersikap seperti orang yang berjalan sambil tidur (*sleepwalk*).

Nafsu akan terus berusaha mengubah arah perjalanan kita. Nafsu akan terus mencoba mengalihkan perhatian kita, membuat kita tidak mendengarkan secara saksama, membuat kita lupa, dan membuat kita menafsirkan jalan ini menjadi sesuatu yang lebih mudah, kurang menuntut, dan kurang efektif. Untuk menempuh jalan spiritual, kita harus siap sedia menghadapi segala rintangan dan kesulitan.

Banyak dari kita yang menilai dan menghakimi diri sendiri dengan keras karena kita tidak menempuh jalan ini dengan sempurna. Kendati demikian, kita juga harus menyadari, bahwa kita tidak akan pernah menjadi sempurna. Tuhan tidak mengharapkan kesempurnaan. Dia menilai niat dan kerja keras yang kita lakukan untuk meraih kesempurnaan.

Tosun Efendi menuturkan kisah berikut tentang shalat. Suatu hari Nabi Muhammad saw. bertanya apakah ada di antara para sahabatnya yang dapat mengerjakan shalat secara sempurna

dengan pikiran yang tidak mengembara ke mana-mana. Tidak ada yang berani menjawab pertanyaan itu. Akhirnya, Abu Darda, salah seorang sahabat dekat Nabi saw., menjawab, "Jika Allah berkehendak, mungkin aku bisa."

Nabi Muhammad saw. bersabda, "Kerjakanlah shalat dua rakaat saja dengan pikiran yang tidak mengembara ke mana-mana dan aku akan menghadiahkan jubahku."

Ketika Abu Darda memulai shalatnya, Nabi Muhammad saw. mengawasinya lekat-lekat. Kemudian, setelah Abu Darda menyelesaikan rakaat pertama, Nabi saw. memalingkan wajahnya. Sewaktu Abu Darda selesai melaksanakan shalatnya, Nabi bertanya, "Apa yang terjadi?"

"Alhamdulillah, pikiranku tidak berkeliaran ke mana-mana selama rakaat pertama. Namun, saat memulai rakaat kedua, selintas pikiran hinggap di benakku, 'beliau punya empunyai dua jubah; yang mana yang akan kudapatkan?'"

Kisah ini mengingatkan kita bahwa kita tidak akan pernah menjadi sempurna. Kita tidak diciptakan sempurna. Pikiran kita sering kali teralihkan. Kita diciptakan untuk membutuhkan bantuan, kemurahan hati, dan ampunan Allah. Kita harus menyebut sifat Allah *Yâ Ghafûr*, Yang Maha Memberi Ampunan. Dalam sifat ini Tuhan memiliki hubungan yang istimewa dengan manusia: kita akan terhubung kepada-Nya jika terus berusaha menggapai ampunan-Nya.

Menjadi sempurna bukanlah pilihan bagi kita. Tetapi, kita tidak *butuh* untuk menjadi sempurna dan kita mestinya tidak mencoba *menjadi* sempurna. Kendati demikian, kita harus berjuang keras *menuju* kesempurnaan. Nafsu sering kali berusaha meyakinkan kita bahwa kita harus sempurna karena tanpa kesempurnaan kita tidak akan pernah membuat kemajuan di jalan spiritual. Jika kita mengikuti bujukan nafsu, ia menang karena sesungguhnya kita tidak akan pernah mencapai kesempurnaan.

Sebagai manusia yang diciptakan Allah dengan segala keterbatasan, kita bisa meneguhkan niat untuk meraih kesempurnaan dan berjuang untuk mewujudkannya dengan segenap kemampuan yang kita miliki. Hanya ini yang bisa kita lakukan. Ini merupakan langkah besar yang akan membutuhkan banyak pengorbanan. Jangan meremehkannya! Kita bisa mencoba meningkatkan kualitas diri kita setiap harinya. Kita bisa mencoba menjadi sesadar mungkin dan melihat setiap momen secara lebih jelas. Semestinya kita tidak merasa takut dengan apa yang tidak bisa kita lakukan, tetapi bersyukurlah atas apa yang bisa kita kerjakan. Kemudian, mintalah ampunan kepada Allah atas segala kekurangan.

Alih-alih membuat citra kesempurnaan yang tak mungkin diwujudkan, lebih baik berusaha keras untuk *meningkatkan kualitas diri* setiap saat. Kita dapat berusaha menikmati Kehadiran Tuhan dalam setiap momen kehidupan kita. Tuhan hadir bersama kita saat ini. Tuhan tidak berada di puncak Gunung Olympus. Banyak dari kita yang berpikir bahwa kita harus menunggu, bahwa kita tidak bisa melakukanya sekarang karena kita belum siap secara spiritual. Pikiran semacam itu akan terus membuat kita lalai dan terlena. Sekaranglah waktunya! Jangan lagi menunda-nunda dan berharap keadaan spiritual kita lebih baik. Kita bisa terus mendekat kepada Allah sedekat yang kita bisa. Allah menegaskan dalam firman-Nya: *"Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya."*[51] Kita mungkin menjadi lebih sadar akan Kehadiran Tuhan, tetapi kita tidak akan pernah lebih dekat kepada-Nya daripada saat ini.

Dari sudut pandang ini, seluruh pengertian akan kemajuan di jalan spiritual tampaknya hanyalah khayalan. Bagaimana kita bisa mengatakan bahwa Tuhan tidak hadir sepenuhnya bersama kita

---

[51]QS Qâf (5): 16.

saat ini? Dalam sebuah hadis qudsi, Allah menegaskan: "Ada tujuh puluh ribu selubung antara kau dan Aku, tetapi tidak ada satu pun selubung antara Aku dan kau." Kita bisa saja merasa Tuhan jauh dari kita, tetapi itu bukan yang sebenarnya. Sebab, Dia berada sangat dekat dengan diri kita.

Kita dapat menikmati shalat dan zikir dengan perasaan bahwa Allah itu dekat, bahwa dia dapat memenuhi diri kita dengan cinta dan cahaya-Nya kapan saja.

Guru Zen saya pernah mengatakan bahwa salah satu elemen paling penting dalam ibadah adalah memiliki "benak yang cemerlang". Itu artinya, dengan berdoa atau berzikir, kita mengetahui bahwa di setiap waktu kita dapat merasakan Kehadiran Tuhan; bahwa Tuhan dapat "meraih" kita dan mengubah kita kapan saja. Sayangnya, banyak orang yang memegang keyakinan bahwa dirinya tidak siap atau tidak layak menempuh jalan ruhani ini. Jika kita beranggapan bahwa saat ini kita belum siap maka selamanya kita tidak akan pernah siap sehingga upaya mendekati Tuhan hanya menjadi khayalan kosong.

Berdoa disertai kesadaran akan Kehadiran Tuhan merupakan wujud *ihsan*, yakni kita meyakini dengan mantap bahwa Tuhan hadir sepenuhnya meskipun kita tidak mengalami Kehadiran-Nya secara indriawi; kita juga yakin sepenuhnya bahwa Dia melihat dan mendengar doa-doa yang kita panjatkan. Mungkin saja kita merasa terhijab dan jauh dari-Nya, tetapi yakinlah, bahwa tidak ada tirai pemisah antara kita dan Tuhan.

Kadang-kadang terlintas dalam pikiran kita dalih untuk menunda-nunda: "Aku akan siap nanti; aku akan layak nanti." Pikiran semacam ini sesungguhnya merupakan perangkap. Tidak seorang pun yang layak dan semua orang sesungguhnya pantas untuk bergegas menempuh jalan ini. Kita harus berhenti menilai dan menyalahkan diri sendiri. Kita mempertimbangkan diri sendiri dan membandingkannya dengan orang lain. Namun, kita sebenarnya

tidak mengetahui apakah Tuhan akan menerima ibadah yang kita lakukan. Kita tidak tahu di mana kedudukan kita secara spiritual. Hanya Allah yang mengetahuinya. Semua penilaian kita itu tidak masuk akal. Jadi, apa yang bisa kita perbuat? Kita bisa mengikuti ajaran Islam dan jalan tasawuf. Kita dapat melakukan yang terbaik untuk belajar dan mengikuti teladan Nabi Muhammad saw. dan para wali.

Kita menilai semua orang dan segala hal. Kita menilai teman-teman, keluarga, dan tetangga kita. Kita menilai para darwis lain dan guru-guru kita. Kita menilai berbagai tarekat dan para tuan guru sufi yang lain. Hentikanlah sikap dan perilaku seperti itu, karena semua itu hanya imajinasi dan tidak ada manfaatnya sama sekali. Sering kali penilaian yang kita lakukan justru membuat kita mengalihkan perhatian dari melakukan upaya-upaya spiritual.

Untuk mengatasi kecenderungan seperti ini, tekadkanlah dalam hati bahwa "Hanya Allah yang mengetahui". Kita bisa melafalkan dan menekadkan mantra itu setiap kali pikiran semacam itu muncul dan kapan saja kita merasa perlu melakukan penilaian. Keyakinan bahwa "Hanya Allah yang tahu" sangat efektif mengatasi kecenderungan itu. Dalam bahasa Arab, frasa itu berbunyi *Allâhu 'alîm*, "Allah tahu yang paling baik". Kita bisa juga mencoba mantra, "Aku mungkin saja salah". Mantra ini juga sangat efektif.

Hanya Allah yang mengetahui doa-doa siapa saja yang diterima. Hanya Allah yang tahu siapa yang hidup dan berjalan dengan Kebenaran. Hanya Allah yang tahu di mana kedudukan seseorang di jalan spiritual. Hanya Allah yang tahu apa yang terjadi dalam diri kita atau orang lain.

Tuhan mengenal kita lebih baik daripada kita mengenal diri kita sendiri dan penilaian orang lain tidaklah penting. Orang lain boleh saja menilai kita meskipun mereka tidak mengenal kita. Lalu kenapa? Jalan ini adalah jalan antara diri kita pribadi dan Tuhan. Allah Swt. adalah *al-'Alîm*, Yang Maha Mengetahui—salah satu

sifat dari sembilan puluh sembilan sifat Allah.

Tuhan mengenal kita lebih baik daripada kita mengenal diri kita sendiri dan penilaian orang lain tidaklah penting. Orang lain boleh saja menilai kita meskipun mereka tidak mengenal kita.

Sebagian besar peristiwa yang terjadi dalam kehidupan kita berlangsung di luar kendali kita. Kita melakukan apa yang kita bisa dan sisanya kita berserah diri kepada Allah. Tuan guru saya, Safer Efendi, menggunakan ibarat perjalanan dengan pesawat terbang. Cara kerja pesawat sangat tidak tergantung pada kehendak individual penumpangnya. Kehendak kita tidak akan berpengaruh saat pesawat akan lepas landas, seberapa tinggi ia terbang, atau kapan ia akan mendarat.

Hal yang sama berlaku dalam hidup kita. Sebagian besar hidup kita tidak berada di bawah kendali kita dan tidak dapat dipengaruhi tindakan kita sendiri. Ketika kita terlahir ke dunia ini dan ketika kita meninggalkannya, itu merupakan ketentuan dan kehendak Allah.

Namun, Tuhan telah menganugerahkan kehendak bebas kepada kita. Misalnya, kita bisa saja tidur sepanjang waktu ketika berada di atas pesawat atau kita bisa menggunakan waktu itu untuk belajar, berdoa, atau membaca sesuatu yang bermanfaat. Sama halnya, kita dapat menggunakan waktu yang kita miliki untuk berjalan sambil tidur atau menggunakannya untuk mengerjakan sesuatu.

Kita tidak tahu seberapa lama kita akan hidup; kita juga tidak tahu seberapa lama orang-orang yang kita cintai akan hidup. Kita tidak tahu seberapa lama kita akan terus bekerja dan memiliki rumah. Namun, kita dapat menggunakan waktu yang kita miliki secara produktif. Kita dapat membantu orang lain dan bertindak dengan cara yang membuat kita berkembang secara emosional

maupun spiritual—atau tidak sama sekali. Itulah pilihan yang kita miliki.

Di satu sisi, karena kita dianugerahi kehendak bebas maka kita bisa mengambil satu dari berbagai pilihan yang ada dalam hidup. Di sisi lain, semua yang terjadi dalam kehidupan kita merupakan Kehendak Allah. Kedua sudut pandang itu bermanfaat dan mengandung kebenaran. Keduanya merupakan cara untuk memahami kehidupan. Situasinya seperti menatap sebuah taman dari dua sudut pandang yang berbeda. Taman itu akan terlihat berbeda jika kita melihatnya dari sudut pandang yang berbeda-beda.

21

Terjaga Sebelum Mati

Melepaskan Diri dari Keterikatan

Kita sering berperilaku bagaikan orang yang mengidap penyakit berjalan sambil tidur. Kita mengembangkan berbagai kebiasaan dan jarang memperhatikan dunia di sekeliling kita. Perjalanan spiritual yang kita tempuh tidak akan bertambah maju kecuali jika kita menjadi lebih sadar, lebih terjaga, dan lebih memperhatikan. Salah satu cara terbaik untuk menjadi lebih sadar adalah mengurangi keterikatan kita kepada dunia dan segala sesuatu selain Allah. Sebab, keterikatan kita pada segala sesuatu selain Allah akan terus mengalihkan perhatian kita dari upaya untuk mendekati-Nya.

Beberapa tahun silam, salah seorang guru saya menuturkan kisah berikut. Ia meninggalkan karier yang menjanjikan sebagai arsitek untuk mengabdikan dirinya di jalan Kebenaran. Ia belajar pada Frank Lloyd Wright, perusahaan yang menghimpun sekelompok arsitek muda yang memilih belajar kepada arsitek yang ternama. Ketika bertemu dengan mursyidnya, ia memutuskan meninggalkan Frank Lloyd Wright untuk menempuh jalan Kebenaran.

Suatu hari seorang darwis senior mengunjungi sang mursyid. Darwis senior itu adalah pengusaha yang sangat kaya. Ia membelikan

untuk sang mursyid banyak makanan yang lezat dan mahal yang diimpor dari Timur Tengah. Sang mursyid dan darwisnya itu makan bersama, menikmati kelezatan makanan mahal itu.

Saat melayani keduanya, darwis muda berkata kepada dirinya sendiri, "Aku tinggalkan karierku demi mengabdikan diriku di jalan ini. Aku meninggalkan dunia dan ambisi duniawiku, tetapi kini aku melihat betapa mursyidku menikmati dunia, betapa terikatnya ia pada benda-benda duniawi ini."

Pada saat itu sang mursyid menoleh, melihat sang darwis muda, dan berkata, "Anakku, kau tidak memahami ketidakterikatan. Ketakterikatan bukan berarti kau gagal menikmati apa pun yang Tuhan kirimkan kepadamu. Ketidakterikatan berarti kau tidak merasa kehilangan karunia-karunia itu diambil kembali oleh Sang Pemilik."

Dalam sebuah hadis, Nabi Muhammad saw. bersabda agar kita memakan makanan yang terbaik tetapi tidak berlebih-lebihan. Ini merupakan teladan yang harus kita ikuti dalam berbagai aktivitas: kita mesti menikmati dunia dan hidup dengan layak, tetapi tidak berlebih-lebihan. Kita dapat menikmati dunia tanpa menjadi terobsesi dengannya atau kecanduan kepadanya.

Gunakan Waktu yang Berharga

Pikirkanlah semua bentuk keterikatan yang kita rasakan saat ini, keterikatan yang menjajah sebagian besar hidup kita. Bagaimana kita menghabiskan waktu kita? Seberapa banyak waktu yang kita habiskan pada sesuatu yang sepele dan seberapa banyak waktu yang kita habiskan untuk melakukan aktivitas yang berharga? Tidak ada sesuatu pun di dunia ini yang bersifat permanen. Sedikit demi sedikit semuanya akan pergi, termasuk kesehatan, stamina, serta

energi mental dan fisikal. Marilah kita gunakan berbagai potensi yang kita miliki dengan baik selama kita masih memilikinya.

Dalam buku catatan hariannya, psikolog terkenal B. F. Skinner menulis bahwa ia masih bisa bekerja ketika ia telah berusia delapan puluh tahun, tetapi hanya sanggup selama satu hingga dua jam untuk fokus pada aktivitas intelektual setiap harinya. Jika membuang-buang waktunya itu, ia kehilangan kesempatan untuk mengerjakan sesuatu yang nyata di hari itu. Saat usianya masih muda, Skinner dapat bekerja selama berjam-jam setiap harinya tanpa perlu berusaha menghemat waktu dan tenaganya. Di tahun-tahun berikutnya, ia hanya bisa bekerja satu atau dua jam dalam sehari dan ia harus gunakan waktunya dengan bijak. Bukankah kita juga seharusnya terus berusaha menghabiskan waktu kita yang terbatas secara bijak?

Saat kita semakin beranjak tua, energi mental dan fisikal kita pun semakin berkurang dan begitu pula kemampuan kita untuk sembuh atau pulih dari sakit atau cedera. Tubuh kita cenderung bertambah lemah seiring pertambahan usia. Selain faktor pertambahan usia, menurunnya kemampuan kita juga disebabkan keengganan kita berolahraga. Ada beberapa atlet tua yang masih sanggup berlari marathon saat mereka telah berusia enam puluhan atau tujuh puluhan. Kemampuan fisikal kita masih ada jika kita tetap melatih dan menggunakannya. Namun, daya tahan tubuh memang akan terus menurun seiring dengan berlalunya waktu.

Jika kita suka bermain musik, nikmatilah mulai sekarang karena kita tidak pernah tahu seberapa lama kita akan sanggup bermain. Penglihatan dan pendengaran kita secara perlahan menurun seiring waktu dan kedua kemampuan itu dapat hilang seluruhnya kapan saja. Kemampuan kita bermain musik merupakan anugerah yang mungkin lenyap kapan saja. Hal yang sama juga terjadi dengan kemampuan melukis, memasak, membaca, atau aktivitas lainnya yang membutuhkan konsentrasi dan koordinasi. Dalam beberapa

tahun ke depan, cepat atau lambat, kita mungkin tak bisa menyuapi diri sendiri. Sebagaimana dikemukakan sang mursyid pada darwisnya yang masih muda dalam kisah di atas, semestinya kita berusaha menikmati anugerah yang diberikan Tuhan kepada kita dan tidak merasa kehilangan atau menyesalinya ketika Tuhan mengambilnya kembali. Itulah makna ketidakterikatan.

Karenanya, sangat baik jika mulai saat ini kita membiasakan diri melakukan perbuatan baik yang dapat kita lakukan, seraya tetap beribadah dan berserah diri kepada Allah sebelum Dia mengambil kemampuan itu dari diri kita. Nafsu atau ego akan terus membujuk kita menghabiskan waktu dalam berbagai urusan dan aktivitas duniawi. Akibatnya, kita mengerahkan seluruh energi dan waktu yang kita miliki untuk memenuhi tuntutan dunia—menghasilkan uang, berbelanja, serta mencari kesenangan dan kenikmata dunia. Semestinya, kita bisa menyeimbangkan antara aktivitas dunia dan kesungguhan untuk beribadah kepada Allah dan terus mendekati-Nya.

Banyak orang menghabiskan waktu produktif mereka untuk bekerja keras selama bertahun-tahun hingga datang masa pensiun. Mereka mengira bahwa mereka telah melakukan yang terbaik sesuai dengan apa yang mereka inginkan. Tetapi mengapa kita menunggu masa pensiun? Apa yang telah kita tunda dalam hidup kita? Mungkin semestinya kita mulai melakukan berbagai aktivitas yang selama ini telah ditunda-tunda. Kita harus mulai mengerjakannya karena sangat mungkin kelak kita tidak dapat melakukannya. Di antara aktivitas yang kerap ditunda-tunda oleh kebanyakan manusia adalah berupaya menyehatkan jiwa dan hati kita.

Kita sama sekali tidak tahu seberapa banyak sisa waktu yang kita miliki. Mungkin saja kita tidak akan berhasil mencapai usia pensiun.

Kesiapan Menghadapi Hidup

Cepat atau lambat, berbagai hal yang selama ini kita sukai dan kita nikmati akan diambil oleh Sang Pemilik Yang Mahakuasa. Ibu saya, semoga Allah mengampuninya, sangat suka membaca. Buku dan membaca menjadi gairah terbesar dalam hidupnya. Sewaktu saya masih kecil, setiap minggu kami pergi ke perpustakaan umum dan pulang dengan membawa sekurang-kurangnya sepuluh judul buku. Ketika usianya mencapai delapan puluhan, ibu saya mengidap Alzheimer dan mendadak saya tersadar bahwa ia tidak akan lagi bisa membaca. Ia masih suka duduk sambil memegang buku, tetapi tidak ada halaman buku itu yang dibalik dan dibacanya. Sebuah potensi dan kekuatan besar dalam hidupnya telah diambil kembali oleh Sang Pemilik.

Tidak ada yang bisa menjamin bahwa kita masih hidup hingga berusia 70 atau 80-an. Kita juga tidak tahu, kekuatan, potensi, atau kemampuan apa yang akan diambil dari diri kita. Kita juga tidak tahu, kapan semua itu akan hilang. Sayang, kebanyakan kita tidak berusaha menyiapkan diri untuk menghadapi masa depan. Sebagai darwis, kita seharusnya menyiapkan diri untuk menghadapi hidup setelah kehidupan di dunia ini. Tidak hanya itu, kita juga mesti menyiapkan diri untuk menjalani kehidupan di dunia ini. Kita harus merenungkan dan merancang, kehidupan seperti apa yang akan kita jalani di masa depan, atau akan menjadi orang macam apa kita nanti. Sebagai contoh, jika kita ingin mengetahui Al-Quran lebih baik, kita dapat mencurahkan lebih banyak waktu untuk mengkaji Al-Quran setiap harinya. Jika kita menghafal satu ayat Al-Quran dalam tempo satu minggu, dalam dua tahun kita akan menghafal 104 ayat. Yang diperlukan hanyalah amal atau tindakan nyata yang dilakukan secara kontinyu. Mulai sekarang, pikirkanlah cara terbaik untuk memanfaatkan waktu yang kita miliki, dan pikirkan pula

langkah untuk mengurangi aktivitas yang merugikan dan merusak kualitas hidup kita.

Ajukanlah pertanyaan pada diri kita sendiri: "Apa yang benar-benar membuat diriku berkembang? Apa yang diinginkan Tuhan untuk kulakukan? Untuk tujuan apakah aku diciptakan?" Semua makhluk yang diciptakan Tuhan sesungguhnya eksis untuk mencari Tuhan, untuk mencintai, dan mengenal-Nya. Untuk tujuan itulah kita semua diciptakan. Allah Swt memberitahukan hal ini dalam Al-Quran: *"Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku."*[52]

Karena selama ini kita melakukan berbagai aktivitas tanpa kehadiran hati dan pemusatan perhatian, akhirnya kita merasa terbungkus semua aktivitas itu dan tidak mampu melihat apa yang ada di balik semua aktivitas itu. Aktivitas yang kita lakukan secara rutin, mekanis, dan nyaris tanpa kesadaran telah mengasingkan kita dari aktivitas itu sendiri. Kita tidak lagi memahami, untuk sesungguhnya semua aktivitas itu dilakukan. Karenanya, kita harus mengambil langkah perubahan, misalnya dengan melatih diri kita untuk melakukan sesuatu yang benar-benar disadari meskipun hanya sebentar. Luangkan waktu satu atau dua jam dalam sehari untuk melakukan sesuatu yang menyehatkan spiritualitas kita, daripada menghabiskannya hanya untuk nonton televisi. Ada banyak hal yang dapat kita lakukan untuk memperkaya kehidupan batiniah.

Saat sebagian besar orang berpikir tentang menyiapkan masa depan, yang mereka pikirkan adalah membuat investasi atau membeli properti. Sebenarnya, yang saya maksud dengan menyiapkan masa depan secara spiritual adalah membangun masa depan kita sebagai salik dan manusia. Apakah kita sudah membagi kehidupan spiritual kita atau belum? Sungguh terlalu mudah untuk

[52]QS al-Dzâriyât (51): 56.

menandai waktu. Jika kita tetap berada di tingkatan yang sama, berarti kita tidak pernah belajar sesuatu yang baru. Dengan kata lain, kehidupan kita berjalan di tempat, tanpa perubahan dan pergerakan sama sekali.

Muzaffer Efendi menuturkan sebuah kisah tentang suatu kerajaan yang memilih raja atau ratunya setiap tahun. Di ujung tahun, penguasa yang lama diasingkan ke sebuah pulau di lepas pantai kerajaan itu. Raja atau ratu yang kurang cerdas menghabiskan waktunya dengan menikmati masa satu tahun berkuasa dan berbagai kenikmatan yang ditawarkan istana. Penguasa yang lebih cerdas mengirim tukang kayu dan tukang-tukang lainnya untuk membangun rumah masa depan mereka. Mereka mendirikan rumah yang nyaman dan penuh dengan makanan dan perabotan yang bagus. Ketika masa satu tahun kekuasaan berakhir, mereka dapat pensiun dalam keadaan tenang dan nyaman. Para penguasa yang tolol menemukan diri mereka tinggal di sebuah pulau yang tandus.

Mursyid kami sering kali mengingatkan agar kami memikirkan masa depan kami di akhirat. Apakah kami sudah membangun dan mempersiapkan diri untuk masa depan itu ataukah kami begitu terpikat dengan berbagai nikmat dunia ini sehingga kita lupa bahwa waktu yang kami miliki di dunia ini benar-benar terbatas. Beliau mengatakan, "Kita ada di dunia ini untuk mendapatkan Akhirat."

Apa yang Paling Penting?

Dalam sebuah hadis terkenal, Nabi Muhammad saw. bersabda bahwa jika hari ini sama dengan hari sebelumnya maka berarti hari ini kita merugi. Kita harus terus berkembang dan mempelajari hal baru setiap harinya. Perubahan ini membutuhkan perjuangan dan kegigihan untuk maju dan berkembang. Kita harus memusatkan

perhatian pada perkembangan dan tidak tetap berada di tingkatan yang sama setiap saat. Apa yang lebih berharga ketimbang anugerah waktu yang diberikan Tuhan kepada kita? Kita tidak bisa membeli waktu, sekalipun sedetik. Kita tidak bersyukur jika kita menyia-nyiakan anugerah itu. Mengapa kita membuang-buang karunia berharga ini dengan melakukan hal-hal yang sebenarnya tidak penting?

Cara lain untuk memutuskan apa yang benar-benar penting adalah dengan bertanya pada diri sendiri apa yang dapat membuka hati kita. Kita bisa terlibat lebih banyak dalam berbagai aktivitas yang dapat membuka hati kita daripada melakukan aktivitas yang sama sekali tidak bermanfaat, atau yang lebih parah, aktivitas yang menutup hati kita.

Kita dapat mengevaluasi segala aktivitas yang sedang kita kerjakan dengan bertanya pada diri sendiri apakah kegiatan itu bermanfaat atau tidak. Misalnya, kita bisa memilih untuk melakukan sesuatu yang lebih baik dan lebih banyak manfaatnya untuk orang lain daripada melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk diri sendiri. Langkah seperti itu akan membuka hati. Kita dapat mengurangi berpikir tentang diri sendiri dan lebih banyak memikirkan orang lain. Kita dapat berusaha menjadi lebih lembut dan membuka hati ketimbang menyenangkan diri sendiri atau membahagiakan ego kita.

Seberapa banyak nilai yang kita serap setelah menonton sebuah acara televisi atau menjelajahi internet? Begitu banyak orang menghabiskan waktu berjam-jam setiap hari di depan televisi atau komputer. Namun, apakah kita mempelajari sesuatu yang berharga? Apakah hati kita tersentuh oleh apa yang kita tonton di televisi? Apakah kita ingat apa yang kita tonton satu jam kemudian?

Bahkan, jika yang kita saksikan adalah program berita, apa yang dapat kita lakukan dengan informasi itu? Apakah kita bertindak berdasarkan informasi yang kita terima? Dan jika kita

gagal bertindak berdasarkan informasi itu, apa untungnya dan apa manfaatnya bagi kita? Kita mungkin mengetahui penderitaan luar biasa yang terjadi di belahan dunia lain, tetapi apakah kita mau repot-repot mengeluarkan sedekah untuk mengurangi penderitaan mereka? Semua sikap itulah yang membuat hati kita keras bahkan akhirnya menutup hati kita.

Karena itu, mulailah untuk mengurangi kebiasaan yang tidak bermanfaat, seperti terlalu banyak menonton televisi dan berselancar di dunia maya tanpa tujuan atau target yang jelas. Hindari berbagai aktivitas yang dilakukan secara rutin tetapi tanpa kesadaran atau yang dilakukan dengan setengah sadar. Menonton televisi merupakan kebiasaan populer dan digandrungi banyak orang karena tidak mengeluarkan banyak tenaga. Kita juga tidak perlu memperhatikan ketika menonton.

Beberapa orang merasa perlu nonton televisi untuk bersantai setelah bekerja seharian. Itu bisa saja benar, tetapi berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk bersantai? Tentunya tidak makan waktu berjam-jam untuk nonton acara televisi yang tidak ada manfaatnya. Kita juga bisa melakukan aktivitas lain yang lebih bermanfaat untuk bersantai sesudah bekerja, seperti mendengarkan musik atau membaca buku yang menggugah. Atau, akan lebih baik jika setelah seharian duduk di belakang meja, kita meluangkan waktu untuk berolahraga daripada duduk di depan pesawat televisi.

Sewaktu kita mendengar sesuatu yang penting, apakah kita benar-benar hadir dan memperhatikannya? Dalam situasi seperti itu, kehadiran hati sangatlah penting. Ketika mendengarkan guru-guru ruhani, apakah kita menyimaknya dengan hati, apakah kita benar-benar hadir? Tatkala berdoa, apakah hati kita benar-benar hadir?

Dalam sebuah hadis Nabi Muhammad saw. bersabda, "Wahai manusia, akankah kalian terjaga sebelum kalian mati?"

Beliau juga bersabda, "Hisablah diri kalian sendiri sebelum kalian dihisab." Maksudnya, berhati-hatilah dan pertimbangkanlah segala yang akan, sedang, dan telah kita kerjakan. Sikap waspada, hati-hati, dan penuh pertimbangan merupakan praktik spiritual yang sangat penting agar spiritualitas kita berkembang dari hari ke hari. Langkah itu mesti dipelajari dan dibiasakan agar hati kita selalu hadir dalam setiap aktivitas yang kita lakukan dan setiap momen yang kita alami.

Glosarium

Adab. Kehalusan atau kelembutan sikap dan perilaku; hormat, etika, moral yang baik, kesopanan. Adab sering kali berarti mengikuti prinsip perilaku. Dalam tasawuf, adab merupakan prinsip tarekat.

Adham, Ibrahim ibn. Seorang wali sufi terkenal yang meninggalkan kekuasaannya sebagai sultan Kerajaan Belkh untuk menjadi salik yang miskin.

Aisyah. Istri kedua Nabi Muhammad saw. yang dinikahi setelah wafatnya istri pertama beliau, Sayyidah Khadijah. Aisyah r.a. juga merupakan putri sahabat Nabi saw., Abu Bakar yang menjadi Khalifah pertama setelah Nabi Muhammad saw. wafat.

Alif. Huruf pertama dalam abjad bahasa Arab. *Alif* juga berarti nilai yang satu yang menandakan Penyatuan, salah satu dari 99 sifat-sifat Allah.

Al-Alim. Salah satu dari 99 Nama-Nama Allah yang bermakna "Yang Maha Mengetahui". Tuhan mengetahui segala yang terjadi, baik di masa lalu, masa kini, dan masa depan.

Al-Fattah. Salah satu dari 99 Nama Allah yang artinya adalah "Sang Pembuka"—dari semua yang tertutup, terkunci, atau mengeras. Tuhan membuka semua pintu gerbang dan semua pengetahuan, khususnya rumah hati.

Al-Haqq. 'Kebenaran' salah satu dari 99 Nama-Nama Allah. Kebenaran Tuhan tidak berubah. Ia tidak membutuhkan bukti dan tidak mungkin diingkari.

Al-Hayy. 'Hidup' atau 'selalu hidup'; salah satu dari 99 Nama-Nama Allah. Tuhan itu hidup dan sumber segala kehidupan. Seluruh hidup tergantung pada Sifat Allah ini.

Al-Wahhab. Salah satu 99 Nama-Nama Allah yang artinya "Yang Maha Pemberi", yang memberikan segala sesuatu secara melimpah; sumber segala sesuatu yang baik yang datang ke kita.

Amarah. Akar kata *amara* dalam bahasa Arab berarti "memerintah". Bentuk kata itu dan dapat diterjemahkan sebagai "menghasut" atau "memerintah".

Al-Shabr. Nilai Islam tentang kesabaran dan keteguhan. Salah satu dari 99 Nama-Nama Allah.

Ayat (ayah). Sebuah "tanda" atau "bukti" atau ayat Al-Quran. Setiap ayat dianggap sebagai pesan Ilahiah, tanda dari Tuhan. Apa pun yang ada dalam semesta ini yang memberikan kabar dari Tuhan juga dikenal sebagai suatu *ayah*.

Baba. Artinya "ayah" dalam bahasa Arab, Turki, Farsi, dan bahasa-bahasa lain. *Baba* juga sering digunakan untuk menyebut seorang guru atau sesepuh sufi.

Barakah. Berkah dan rahmat ilahiah, kekuatan spiritual yang mengalir dari Tuhan kepada ciptaan. *Barakah* terkonsentrasi pada tempat-tempat suci dan pada diri para wali. Akara kata *barakah*, yakni al-bark berarti "kilat".

Barzakh. Sebuah tanah genting; keadaan antara hidup dan mati, antara surga dan bumi.

Batin. Dimensi spiritual atau dimensi batiniah. Lawan batin adalah zahir, yang lahiriah.

Berdoa (du'â'). Permohonan yang kita ajukan kepada Tuhan. Kaum muslim sering meminta untuk diberi ampunan, kesembuhan,

atau jawaban atas doa-doa mereka (untuk diri sendiri atau orang lain). Dalam Islam, doa dianggap sebentuk ibadah yang amat mendalam.

Bismillahirrahmanirrahim. "Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih, Maha Penyayang." Kalimat ini didaraskan sebelum membaca Al-Quran. Frasa ini dibaca juga di setiap awal surah kecuali Surah al-Taubah. Kalimat ini juga dilafalkan kaum muslim yang saleh sebelum melakukan aktivitas sehari-hari.

Darwis. Anggota dalam sebuah tarekat. Istilah ini berasal dari bahasa Persia yang berarti "miskin" atau "pengemis". Di masa lalu, banyak darwis menjadi pertapa yang bersumpah menjalani hidup miskin.

Dergah. Dari bahasa Persia yang berarti tempat ibadah yang dibangun di makam seorang wali sufi. Makna lainnya adalah 'portal' atau 'ambang pintu'. *Dergah* juga mengacu pada pondok sufi atau pusat kegiatan sufi karena banyak guru sufi yang dimakamkan di sebelah majelis mereka.

Diri yang menyesal. Tingkatan kedua dari perkembangan diri. Pada tingkatan ini, individu-individu menyadari keegoisan diri mereka, kecenderungan terpusat pada diri sendiri, dan dampak buruk kecenderungan itu terhadap hidup mereka. Namun, mereka belum mampu berubah. Tingkatan ini juga dikenal sebagai nafsu "yang menyalahkan diri sendiri" atau nafsu "yang menyesal". Dalam bahasa Arab ini disebut *nafs lawwâmmah*.

Diri yang narsisistik. Dalam tasawuf, tingkatan nafsu atau tingkatan ego ini merupakan tingkatan pertama; kadang-kadang disebut dengan istilah "diri yang lebih rendah"—*nafs ammârah* dalam bahasa Arab.

Diri yang tenang. Dalam tasawuf, tingkatan nafsu atau tingkatan ego ini adalah tingkatan yang keempat yang juga dikenal

sebagai "diri yang senang". Pada tingkatan ini, seseorang senang (puas) dengan kehidupan mereka, tidak menyibukkan diri untuk mendapatkan sesuatu yang lebih (lebih banyak kekayaan, lebih banyak kemasyhuran, lebih banyak kenikmatan, dan sebagainya). Dalam bahasa Arab ini disebut *nafs muthma'innah*.

Dzikrullâh. Pengingatan akan Tuhan. Doa dianggap sebagai *dzikrullâh,* begitu juga ritual-ritual sufi yang melantunkan beberapa Nama-nama Allah.

Ego. Bahasa Latin untuk 'aku'. Ego adalah salah satu dari tiga aspek jiwa manusia yang diajukan Freud (yang lainnya adalah *id* dan *superego*). Menurut Freud, ego menjadi penengah antara tuntutan *id* dan realitas dunia lahiriah.

Efendi. Sebuah gelar kehormatan yang artinya adalah 'paduka' atau 'tuan'. Di kerajaan Turki Utsmani, gelar itu setara dengan gelar "Sir" dalam tradisi Inggris. Gelar ini sering digunakan sebagai gelar kehormatan kepada seorang mursyid sufi.

Fakir. Dari akar kata *faqr*, 'miskin'. Seorang fakir adalah seorang salik di jalan tasawuf. Secara tradisional, fakir adalah darwis pengelana yang tidak memiliki harta benda dan hidup mengandalkan sedekah orang-orang.

Fana. Secara harfiah berarti 'meninggal dunia' atau 'berhenti eksis'. Dalam tasawuf, konsep fana mengacu pada kehilangan diri sendiri atau kehilangan citra diri kita yang sempit, kehilangan rasa keterpisahan dari Tuhan. Pada tahapan ini kita benar-benar mengikuti kehendak Tuhan secara penuh; kita menjadi abdi Tuhan.

Hadis. Ucapan dan riwayat Nabi Muhammad saw. yang dicatat.

Hadis qudsi. Sebuah subkategori hadis; tuturan suci, ketika Nabi Muhammad saw. mengulangi apa yang telah Allah Swt. nyatakan kepada beliau.

Hajar. Istri kedua Nabi Ibrahim a.s. dan ibunda Nabi Ismail a.s.

Haji. Orang yang telah berhasil menyelesaikan semua ritual yang disyaratkan dalam ibadah haji.

Hakim. Secara harfiah maknanya adalah "orang yang bijak". Sebuah gelar untuk seorang tabib yang terlatih dalam pengobatan Islam.

Hal. Dalam tradisi tasawuf berarti suatu keadaan spiritual. Keadaan-keadaan ini bersifat sementara, bagaikan kilat atau petir dan dianggap sebagai karunia dari Tuhan.

Halal. Sesuatu yang sah menurut hukum dan diizinkan menurut hukum Islam (lihat syariah). Ini termasuk makanan yang dibolehkan untuk dimakan karena (a) makanan itu sah menurut hukum—misalnya makanan itu tidak mengandung materi yang haram; (b) jika daging maka daging itu sudah disembelih menurut ritual yang sah; (c) makanan itu dibeli dengan uang yang dihasilkan secara sah menurut hukum.

Halvet. Dalam bahasa Arab *khalwat*, yang berarti 'kesunyian'. Dalam tasawuf, *halvet* adalah sikap menyendiri, biasanya berlangsung selama empat puluh hari dan melibatkan praktik-praktik ruhani yang diamalkan di bawah bimbingan seorang mursyid.

Hazreti. (Istilah dalam bahasa Turki yang berasal dari bahasa Arab, *hadhrah*). Sebuah gelar kehormatan yang mirip dengan 'Yang Mulia'.

Id. Istilah yang dikemukakan Freud untuk bagian psike yang mengandung dorongan-dorongan dan impuls-impuls tak sadar.

Ihsan. 'Kesempurnaan' atau 'keindahan'. Ihsan berarti bertindak berdasarkan pengetahuan bahwa seseorang ada dalam Kehadiran Tuhan; berusaha keras untuk sempurna dengan cara beribadah disertai kesadaran bahwa kita meliat Tuhan, dan jika tidak bisa melihat-Nya, kita meyakini bahwa Dia melihat kita.

Ihvan. Pelafalan dalam bahasa Turki untuk *ikhwân*—yang berarti 'persaudaraan'. Istilah ini kerap dipakai untuk merujuk sebuah komunitas sufi.

Imam. Orang yang memimpin shalat; pemimpin ibadah di masjid yang juga sering menjadi pemuka agama di sebuah komunitas muslim. Istilah ini juga digunakan untuk mengacu pada seorang cendekiawan yang relijius.

Jihad. 'Berjuang', atau 'membela hidup atau agama seseorang'. Jihad sering digunakan dalam pengertian 'berjuang di jalan Allah'. Istilah ini secara umum mengacu pada perjuangan personal melawan kelemahan kita, melawan ego kita.

Jiwa binatang. Tingkatan jiwa dalam sistem tasawuf tentang jiwa atau tingkatan kesadaran, yaitu jiwa yang mampu bergerak, memiliki emosi dan motivasi.

Jiwa malaikat. Dalam sistem tasawuf tentang jiwa atau tingkatan kesadaran, jiwa malaikat adalah tingkatan jiwa yang keenam. Jiwa malaikat adalah jiwa yang terus mengingat Allah. Jiwa ini mengetahui Penciptanya sebelum kita dilahirkan dan ia tidak pernah melupakan-Nya.

Jiwa manusia. Tingkatan jiwa yang kelima dalam sistem tasawuf tentang jiwa atau tingkatan kesadaran. Jiwa manusia meliputi sifat-sifat kasih sayang dan pelayanan.

Jiwa mineral. Tingkatan jiwa yang pertama dalam sistem tasawuf tentang jiwa atau tingkatan kesadaran. Jiwa mineral mengacu pada struktur dasar yang menjadi dasar kehidupan.

Jiwa pramanusia. Tingkatan jiwa yang keempat dalam sistem tasawuf tentang jiwa atau tingkatan kesadaran. Pada tingkatan ini, kecerdasan berkembang, tetapi bukan kemampuan untuk mencintai atau mengasihi.

Jiwa sultan. Dalam sistem tasawuf tentang jiwa atau tingkatan kesadaran, ini adalah tingkatan ketujuh dan tingkatan terakhir dari jiwa. Selain dikenal sebagai "rahasia dari segala rahasia", jiwa ini adalah percik Ilahi yang ada dalam diri kita. Ia bersifat transenden.

Jiwa tumbuhan. Dalam sistem tasawuf tentang jiwa atau tingkatan kesadaran, jiwa ini adalah tingkatan yang kedua. Jiwa tumbuhan meliputi fungsi tumbuh dan mencerna.

Ka'bah. Situs paling suci dalam Islam yang terletak di Makkah. Semua muslim di dunia menghadap ke arah Ka'bah saat mendirikan shalat.

Kalbi. Dari kata *qalb* (hati), salah satu gaya pelantunan zikir.

Kalbu (qalb). Hati spiritual, sumber cinta, kebijaksanaan, dan kasih sayang. *Qalb* dianggap sebagai tahta jiwa.

Kemal Baba. Darwis senior Jerrahi di bawah Syekh Safer dan seorang teman dekat Safer Efendi.

Kepuasan. Nilai kebijaksanaan atau penilaian yang baik.

Khalifah (halive). Bahasa Turki untuk perwakilan; seorang abdi yang tulus dan berdedikasi. Para penguasa muslim dianggap sebagai penerus Nabi dan dikenal sebagai *khalifa* (bahasa Arab).

Khorasan. Sebuah wilayah yang luas yang kini terletak di daerah timur laut Iran, daerah selatan Turkmenistan, dan wilayah utara Afghanistan. Dulu, Khorasan merupakan sebuah persimpangan besar antara Asia Tengah, Asia Selatan, dan Timur Tengah.

Lâ ilâha illa Allâh. 'Tiada Tuhan selain Allah'. Ungkapan ini adalah ungkapan yang paling penting dalam Islam. *Lâ ilâha* berarti 'tidak ada yang eksis', dan *Illa Allâh* berarti 'kecuali Allah'.

Malami. Berasal dari akar kata bahasa Arab *malama*, 'menyalahkan'. Dalam tradisi tasawuf, para darwis menyembunyikan spiritualitas mereka dan sering berpura-pura mengabaikan praktik-praktik agama untuk menghindari keterikatan pada pendapat orang lain. Para praktisinya disebut Malami atau Malamati.

Maqam. 'Tempat tinggal'; sebuah tahapan spiritual di jalan tasawuf.

Matsnawi. Karya yang ditulis Jalaluddin Rumi, berupa puisi panjang yang terdiri atas enam jilid. Karya ini dianggap karya paling berpengaruh dalam tasawuf dan di kesusastraan Persia.

Muazin. Orang yang terpilih untuk menyerukan panggilan shalat di masjid. Seruan ini secara tradisional dikumandangkan muazin dari salah satu menara masjid.

Muzaffer Ozak. Seorang imam dan guru sufi terkenal (1916-1985) yang menjadi kepala syekh Tarekat Halveti-Jerrahi ke-19 pada 1966; disebutkan dalam buku ini dengan nama Muzaffer Efendi

Nafsu. 'Diri', 'psike', 'ego', atau 'jiwa'. Kata ini sering digunakan dalam tasawuf untuk menyebut nafsu amarah, tingkatan nafsu yang paling rendah.

Nafsu amarah. 'Diri tiranis', atau ego yang narsisistik. Istilah ini di ambil dari ayat Al-Quran, *nafs ammârah bi al-sû'*, diri yang menyuruh kita untuk melakukan kejahatan (QS Yusuf [12]: 53). Di tingkatan fungsi ini, individu nyaris tidak sadar sepenuhnya dan terpusat pada diri sendiri.

Nafsu yang terinspirasi. Tingkatan jiwa yang ketiga, ketika individu mulai mengalami nikmat shalat, ibadah, dan pelayanan. Namun, kesombongan dan egotisme masih hadir di tingkatan ini.

Naik haji. Perjalanan ziarah ke Makkah; Rukun Islam yang kelima. Haji sekurang-kurangnya harus dilaksanakan sekali seumur hidup oleh muslim yang mampu. Haji diselenggarakan mulai dari tanggal delapan hingga dua belas Zulhijah, bulan terakhir dalam perhitungan kalender Islam.

Narsisisme. Ciri kepribadian egotisme, kesombongan, atau keterpusatan pada diri sendiri. Freud percaya bahwa setiap orang mengembangkan narsisisme sejak lahir, tetapi orang dewasa yang matang bergerak dari egotism ke cinta diri yang menyehatkan.

Nasruddin. Seorang mursyid sufi Turki dari abad ke-13 yang sering mengajar melalui kisah-kisah dan anekdot-anekdot yang bersifat humor.

Rabithah al-qalb. Dalam bahasa Arab berarti 'hubungan hati'; yakni hubungan lahiriah dan batiniah antara salik dan mursyid.

Rakaat. Suatu rangkaian shalat yang terdiri atas beberapa bagian. Setiap shalat lima waktu dalam sehari terdiri atas dua, tiga, atau empat rakaat. Pertama-tama, orang yang shalat berdiri dan membaca ayat-ayat Al-Quran.

Ramadan. Sebuah bulan dalam perhitungan kalender Islam. Di bulan ini kaum muslim berpuasa setiap hari mulai fajar hingga matahari terbenam. Puasa merupakan salah satu Rukun Islam.

Rumi. Seorang mistikus sufi dan pujangga besar, dan salah satu penyair spiritual besar dunia sastra. Dikenal sebagai Jalaluddin Muhammad Balkhi atau Jalaluddin Muhammad Rumi. Ia dilahirkan di Balkh, salah satu kota besar di Khorasan (lihat *Khorasan*). Rumi menghabiskan sebagian besar hidupnya di Konya, Turki Tengah, sebuah daerah yang dikenal sebagai Rum, atau Roman, karena dulu pernah dikuasai Imperium Bizantium atau Romawi Timur.

Safer Efendi. Syekh kepala Tarekat Halveti-Jerrahi dari 1985 hingga wafatnya pada 1999.

Setan. Sumber utama kejahatan di dunia. Setan (*Syaithân* dalam bahasa Arab) bersumpah bahwa, hingga hari kiamat, akan menyesatkan semua orang kecuali orang yang menyembah Allah secara ikhlas.

Silsilah. "Rantai" atau "mata rantai". Setiap tarekat tasawuf memiliki "rantai baiat" yang menghubungkan setiap generasi tuan-tuan guru yang semuanya kembali kepada pendiri tarekat, yakni Nabi Muhammad saw.

Sohbet. Dalam bahasa Turki yang berarti 'obrolan' atau 'percakapan'. Dalam tradisi tasawuf, sohbet adalah pembicaraan seorang mursyid tentang ajaran Islam dan tasawuf. Sohbet bisa berupa dialog ruhani dan juga suatu pertemuan hati. Sering kali yang

ditransmisikan lebih dari sekadar kata-kata—termasuk cinta, hubungan hati, dan pengetahuan mistik.

Syariah. Moral dan hukum Islam yang didasarkan atas ajaran-ajaran Al-Quran dan teladan Nabi Muhamad saw.

Syekh (atau mursyid). 'Tetua'; sebuah gelar kehormatan bagi sesepuh atau pemimpin relijius. Dalam tasawuf, kata itu mengacu pada seseorang yang berwenang untuk mengajar dan membimbing salik. Seorang syekh perempuan disebut *syeikhah*.

Tarawih. Shalat sunnah yang secara khusus dilakukan setiap malam setelah shalat Isya selama bulan Ramadan.

Tarekat Halveti-Jerrahi. Juga dikenal sebagai Tarekat Jerrahi. Sebuah cabang yang sudah berusia 300 tahun dari Tarekat Halveti yang sudah berumur 800 tahun. Tarekat Halveti-Jerrahi didirikan di Istanbul pada abad ke-18 oleh Pir Nureddin al-Jerrahi.

Tarekat. Dalam bahasa Arab disebut *tharîqah* yang artinya arah, jalan, atau metode praktik spiritual.

Tosun Efendi. Mursyid senior di Tarekat Jerrahi di Amerika, pemimpin sebuah komunitas sufi di New York, dan pengarang lebih dari sepuluh buku tentang tasawuf. Syeikh Tosun Bayrak, nama aslinya, sudah menjadi pembimbing spiritual saya selama lebih dari 30 tahun.

Tugrul Inancer. Sejak tahun 2000 menjadi kepala syekh Tarekat Jerrahi. Dalam buku ini disebut Tugrul Efendi.

Ya Hu. Secara harfiah berarti adalah 'Dia'. Penggalan frasa ini sering digunakan dalam zikir sufi.

Zahir. Dimensi eksterior atau lahiriah segala sesuatu. Ini termasuk makna eksoteris atau harfiah ayat-ayat Al-Quran. Lawan zahir adalah batin.

Zakat. Secara harfiah berarti "murni" atau "tumbuh" (dalam bahasa Turki disebut *zekat*). Zakat dianggap sebagai tindak kesalehan yang memurnikan orang yang memberikannya dan ia akan

diberkahi dengan kemakmuran yang lebih banyak. Semua muslim yang telah mengakumulasikan kekayaan selama satu tahun diwajibkan untuk memberikan sekitar 2,5 persen dari harta mereka yang telah dikumpulkan untuk dibagikan kepada kaum fakir miskin dan orang yang membutuhkan. Zakat adalah Rukun Islam yang keempat.

Zikir. Berasal dari akar kata bahasa Arab *dzikr* yang berarti 'penyebutan' atau 'pengingatan'. Zikir sering mengacu pada *dzikrullâh* (lihat di bawah).

Bibliografi

Al-Jilani, 'Abd al-Qadir. *The Secret of Secrets.* Diterjemahkan oleh T. Bayrak. Cambridge, England: Islamic Texts Society, 1991.

Asad, Muhammad (penerj.).*The Message of the Qur'an.* Gibraltar: Dar al-Andalus, 1980.

Attar, Farid al-din. *Muslim Saints and Mystics.* Diterjemahkan oleh A. J. Arberry. London: Routledge and Kegan Paul, 1966.

Brown, Roger. *Words and Things: An Introduction to Language.* NY: Simon and Schuster, 1958.

Cleary, Thomas, (penerj.). The Qur'an. Bridgeview, IL: Starlatch Press, 2004.

Fadiman, James, Robert Frager. *Essential Sufism.* San Francisco: HarperSanFrancisco, 1997.

Frager, Robert. *Heart, Self and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony.* Wheaton, IL: Quest Books, 1999.

Freud, Sigmund. *The Ego and the Id.* New York: Norton, 1923; repub. London: Hogarth Press, 1949.

Ibn 'Arabi, M. *Divine Governance of the Human Kingdom: Including What the Seeker Needs and the One Alone.* Diterjemahkan oleh T. Bayrak. Louisville, KY: Fons Vitae, 1997.

Injil, Versi King James. New York: Oxford Edition, 1769; *King James Bible Online,* 2008. http://www.kingjamesbible.org/

Kofman, Fred. *Conscious Business: How to Build Value through Values.* Boulder, CO: Sounds True, 2006.

Khalidi, Tarif. The Qur'an. New York: Viking, 2008.

Lawrence, Brother, *The Practice of the Presence of God with Spiritual Maxims.* Grand Rapids, MI: Spire, 1967.

Prakash, Prem. *Three Paths of Devotion: Goddess, God, Guru.* Saint Paul, MN: Yes International Publishers, 2002.

Reich, Wilhelm. *Character Analysis.* Diterjemahkan oleh Vincent Carfagno. New York: Farrar, Straus and Giroux, 1949.

Ringer, Robert. *Looking Out for #1.* New York: M. Evans and Company, 2005.

Rumi, Jalaluddin. *The Essential Rumi.* Translated by Coleman Barks. San Francisco: HarperSanFrancisco, 1995.

__________. *Mathnawi.* Vol. 1. Translated by Reynold Nicholson. London: Luzac, 1977.

"Seperti sungai surgawi, ceramah Syekh Ragip itu jernih,
bening, dan lezat untuk batin kita."
—Pir Zia Inayat-Khan

Sejatinya, kita semua rindu untuk selalu mendekat kepada Tuhan. Banyak jalan untuk itu, di antaranya melalui tasawuf. Tetapi, menjadi sufi bagi sebagian orang sangatlah berat dan sulit.

Robert Frager, seorang mursyid dari Amerika, menepis anggapan itu. Bertasawuf bukanlah mengasingkan diri dari hiruk-pikuk dunia untuk kemudian berdekatan dengan Tuhan. Pengembangan spiritual dan kehidupan sehari-hari dapat menyatu dalam harmoni.

Melalui metode obrolan antara guru dan murid, antara mursyid dan darwis, Syekh Frager menyampaikan ajaran-ajaran tasawuf secara ringan, tanpa menggurui, dan mengantarkan kita pada perenungan. Hasilnya, kita yang membacanya ingin lebih memperpendek jarak kita dengan Tuhan dan senantiasa ingin menyertakan Tuhan dalam aktivitas sehari-hari kita.

• • •

Robert Frager, Ph.D. meraih doktor psikologi sosial dari Harvard University pada 1967. Tahun 1975, ia mendirikan the Institute of Transpersonal Psychology di Palo Alto, tempat kini dia menjadi guru besar psikologi. Sebelumnya, Frager mengajar psikologi dan studi agama selama 7 tahun di University of California, Berkeley dan University of California, Santa Cruz.

Pada 1985, ia dikukuhkan sebagai syekh atau mursyid. Selain menjadi psikolog transpersonal, konsultan, dan guru, kini sehari-harinya mengabdi sebagai Presiden Tarekat Jerrahi Order California dan sudah lebih dari 25 tahun menjadi pembimbing spiritual. Salah satu karya terbaiknya: *Psikologi Sufi untuk Transformasi Diri*.

www.penerbitzaman.com
@penerbitzaman